Un Viaje Profundo a través de la Cábala para Desvelar la Sabiduría Secreta del Universo

Rígor
Equilibrio
Compasión
Corona
Inteligencia
Sabiduría
Conocimiento
Justicia
Misericordia
Belleza
Gloria
Victoria
Fundamento
Reino
Caos
Desestabilidad
Mediocridad
Procrastinación
Desequilibrio
Crueldad
Injusticia
Ignorancia
Confusión
Estupidez
Nada Absoluta

Rodolfo Nájera López

2da Edición





¿Qué es Cábala?

La Cábala es una tradición esotérica profundamente arraigada que se remonta a siglos atrás. Su nombre deriva del hebreo "qabbalah", que significa "recepción" o "tradición". Se considera una enseñanza mística dentro del judaísmo, aunque también ha influido en otras tradiciones espirituales y religiosas. En su esencia, la Cábala busca comprender la naturaleza de lo divino, así como la relación entre el ser humano y lo trascendente.

Una de las características más distintivas de la Cábala es su enfoque en el mundo divino y sus manifestaciones. Según esta tradición, el universo está imbuido de energía divina, y cada aspecto de la realidad contiene una chispa de lo divino. Los practicantes de la Cábala creen en la existencia de múltiples niveles de realidad, cada uno con su propia vibración y significado.

La transmisión de la Cábala se realiza de generación en generación, a menudo en secreto y a través de maestros y discípulos. Esto se debe a la naturaleza sagrada y a menudo esotérica de sus enseñanzas, que requieren un profundo compromiso y dedicación para ser comprendidas plenamente. La práctica de la Cábala implica tanto el estudio intelectual como la experiencia espiritual directa, a través de la meditación y la introspección.

En el corazón de la Cábala se encuentra la exploración de la relación entre el ser humano y lo divino. Se considera que cada individuo tiene una conexión innata con lo divino, y que la búsqueda de esta conexión es fundamental para el propósito de la vida. La Cábala sostiene que el ser humano tiene una vocación hacia lo divino, y que a través del estudio, la meditación y la práctica espiritual, es posible acercarse más a esta realidad trascendente.

La meditación juega un papel crucial en la práctica de la Cábala. A través de la meditación, los practicantes buscan profundizar su comprensión intuitiva de lo divino y cultivar una conexión más profunda con el mundo espiritual. La meditación en la Cábala puede implicar la repetición de nombres divinos, la contemplación de símbolos sagrados o la visualización de imágenes arquetípicas. Estas prácticas están diseñadas para abrir la mente y el corazón a las verdades espirituales más profundas y para alinear al individuo con la voluntad divina.

En última instancia, la Cábala se considera una ciencia de lo oculto y una ciencia de la verdad. A través de sus enseñanzas, los practicantes buscan desentrañar los misterios del universo y comprender la verdadera naturaleza de la realidad. Al hacerlo, esperan alcanzar una mayor realización espiritual y vivir en armonía con el orden cósmico. Para los seguidores de la Cábala, esta búsqueda de la verdad y la conexión con lo divino es el camino hacia la realización última y el significado más profundo de la vida.

La Cábala ofrece una perspectiva fascinante sobre la creación del universo y la relación entre D-os y la humanidad, se nos presenta un intrigante conjunto de 32 senderos místicos que, según la tradición, fueron utilizados por D-os para diseñar y crear el universo. Este

enfoque difiere de la narrativa convencional del Génesis, ofreciendo una interpretación única y enigmática.

Nos sumergiremos en el corazón de la Cábala, revelándonos que estos senderos están compuestos por las 22 letras fundamentales del alfabeto hebreo y los 10 números primordiales, simbolizando la combinación de las letras y los números como elementos básicos del cosmos. Estas letras, con sus valores numéricos y significados simbólicos, forman la esencia de la Cábala y su exploración nos lleva a descubrir la sabiduría oculta detrás de cada palabra.

Para los cabalistas con gran experiencia es muy importante la permutación de estas letras, una práctica clave en la Cábala, que implica cambiar el orden de las letras para revelar nuevos significados y secretos. Este proceso de permutación se convierte en un ejercicio espiritual y místico, donde cada combinación desbloquea aspectos más profundos de la creación y la divinidad.

El libro de la formación, conocido como Sefer Yetzirah en hebreo, emerge como una obra central en la primitiva mística judía. Aunque no es un tratado cabalístico en sí mismo, ha sido ampliamente comentado por cabalistas a lo largo de los tiempos. Introduce el concepto de Sefirot, las 10 emanaciones que constituyen el Árbol de la Vida, sirviendo como un mapa cósmico y una escalera mística para ascender desde lo terrenal hacia lo divino.

El Árbol de la Vida es un concepto fundamental en la Cábala. Representa un mapa simbólico que describe la estructura del universo y la naturaleza de Dios, así como el camino hacia la iluminación espiritual. Este árbol está compuesto por diez esferas llamadas "Sefirot" y veintidós senderos que las conectan, representados por letras del alfabeto hebreo. Cada Sefirá (plural de Sefirot) representa un aspecto divino o una emanación de la creación, mientras que los senderos indican las relaciones y conexiones entre estos aspectos.

Las diez Sefirot están dispuestas en tres pilares: el Pilar de la Misericordia (a la derecha), el Pilar del Juicio (a la izquierda) y el Pilar del Equilibrio (en el centro). Cada Sefirá tiene atributos específicos que van desde lo más elevado y abstracto hasta lo más concreto y material.

El Árbol de la Vida también se interpreta como un mapa del alma humana y del proceso de ascenso espiritual. A través del estudio y la meditación sobre las Sefirot y los senderos, se busca alcanzar un mayor entendimiento de uno mismo, de la divinidad y del universo en su totalidad.

El árbol de la vida tiene varias dimensiones que incluyen cómo nos mostramos, nuestros sentimientos internos y nuestros pensamientos. La racionalidad y la intuición son importantes para organizar nuestras experiencias espirituales. Mientras que lo intuitivo es



poderoso, puede generar confusión, por lo que necesitamos la racionalidad para organizar nuestras ideas. La mente puede ser un instrumento útil o un obstáculo para el progreso espiritual, dependiendo de cómo la usemos. La religión está cambiando debido al aumento del conocimiento individual y la espiritualidad está ganando popularidad como una alternativa menos dogmática. Aunque la ciencia es valiosa, a menudo ignora aspectos más espirituales de la existencia. El potencial humano es vasto, pero a menudo nos limitamos por miedo al éxito. Elevar nuestro nivel de conciencia puede ser desafiante pero gratificante (Terol & Sabán, 2023).

La palabra "sefirot" es un término central en la Cábala judía que se refiere a las emanaciones divinas o atributos a través de los cuales D-os se manifiesta y se relaciona con el universo y están representadas con círculos en el arquetipo del árbol de la vida. El término "sefirot" tiene raíces lingüísticas que aportan profundidad a su significado y su concepción en la Cábala.

1. **Orígenes hebreos**: En hebreo, la palabra "sefirot" (סְפִירוֹת) proviene de la raíz "s-p-r" (ספר), que está relacionada con la idea de contar, enumerar o relatar. Esta raíz también está asociada con las palabras "sefer" (סֵפֶר), que significa "libro", y "sipur" (סִיפּוּר), que significa "historia" o "relato". Esta conexión con el acto de contar y la narración se refleja en el concepto de las sefirot como las emanaciones divinas que "cuentan" o "enumeran" los atributos de D-os y las manifestaciones del universo.
2. **Raíces griegas**: Si bien la palabra "sefirot" tiene sus orígenes en el hebreo, también se ha sugerido que puede haber conexiones con el griego "esfaira" (εσφαίρα), que significa "esfera". Esta asociación es interesante porque las sefirot a menudo se representan gráficamente como esferas interconectadas que forman el Árbol de la Vida en la Cábala.
3. **Relación con "safiro"**: Además, en hebreo, la palabra "safir" (ספיר) se refiere al zafiro, una gema preciosa de color azul intenso. Si bien esta conexión puede parecer menos directa, algunos estudiosos sugieren que el brillo y la belleza de las gemas preciosas, como el zafiro, pueden simbolizar los aspectos radiantes y luminosos de las sefirot en su manifestación divina.

En conjunto, estos diversos significados y raíces lingüísticas de la palabra "sefirot" aportan una riqueza de interpretaciones y connotaciones a este concepto central en la Cábala. Desde la idea de contar y enumerar hasta la representación gráfica como esferas interconectadas y la asociación con la belleza de las gemas preciosas, las sefirot encarnan la complejidad y la profundidad del entendimiento cabalístico del cosmos y la divinidad.

Una sefira (sefirot es plural), en la tradición cabalística judía, es una emanación divina o atributo a través del cual D-os se manifiesta y se relaciona con el universo. Estas diez sefirot, interconectadas en una estructura conocida como el Árbol de la Vida, representan aspectos fundamentales de la divinidad y la creación, abarcando desde la misericordia y la sabiduría hasta el juicio y la compasión. Cada sefira contiene infinitas capas de significado y simbolismo, reflejando la complejidad y la interconexión de todas las cosas en el cosmos,



y sirve como un mapa espiritual para aquellos que buscan comprender la naturaleza divina y su relación con el mundo material.

Estas Sefirot son consideradas como las distintas facetas o aspectos de D-os, cada una con su propia función y significado en el proceso creativo y en la relación entre lo divino y lo humano. Aquí se exploran las diversas interpretaciones y significados de las Sefirot (Alba, Universidad Complutense de Madrid. Fundación Juan March., 2018):

1. **Diez fases de la manifestación de Dios:** Las Sefirot se entienden como las distintas etapas o niveles en los cuales la presencia divina se manifiesta y se revela en el mundo. Cada Sefirah representa un aspecto particular de la Divinidad, desde su esencia más pura hasta su manifestación más concreta en la realidad material.
2. **Diez estadios por los que circula la vida divina:** Las Sefirot también se interpretan como los estadios a través de los cuales fluye la energía vital y la vida divina en el universo. Desde la emanación inicial hasta la materialización en la creación, las Sefirot representan los diferentes niveles de conciencia y existencia a través de los cuales se manifiesta la voluntad divina.
3. **Diez atributos divinos:** Cada una de las Sefirot representa un atributo o cualidad divina específica, como la sabiduría, el entendimiento, la misericordia, la justicia, la belleza, la fortaleza, la victoria, el esplendor, la fundación y la realeza. Estos atributos describen las cualidades inherentes a la Divinidad y su influencia en el mundo.
4. **Diez luces en las que se refleja la vida oculta de Dios:** Las Sefirot también se perciben como las luces a través de las cuales se refleja la vida oculta de D-os en el universo. Cada Sefirah irradia una luz única que ilumina y da forma a la realidad, revelando aspectos de la Divinidad que de otro modo permanecerían ocultos.
5. **Diez etapas del proceso creativo:** En la cosmología cabalística, las Sefirot representan las diez etapas del proceso creativo a través del cual D-os creó y sustenta el universo. Desde la emanación inicial del Ein Sof (Infinito) hasta la materialización en la creación tangible, las Sefirot describen el proceso mediante el cual lo divino se manifiesta en lo terrenal.

La sefirot se relacionan mucho con la palabra zafiro que tiene y se le atribuyen algunas de las siguientes propiedades:

1. **Color y pureza**: El zafiro es conocido por su color azul intenso (aunque existen de otros colores como rojo, amarillo, naranja, negro y otros) y su pureza cristalina. Esta pureza y claridad podrían asociarse con la idea de la pureza divina y la perfección de las sefirot como emanaciones de la divinidad.
2. **Dureza y resistencia**: El zafiro es una de las gemas más duras, lo que lo convierte en un símbolo de resistencia y durabilidad. Esto podría relacionarse con la idea de la estabilidad y la permanencia de las sefirot como aspectos fundamentales de la creación divina.
3. **Transparencia y claridad**: El zafiro a menudo se asocia con la claridad y la transparencia, lo que podría simbolizar la capacidad de las sefirot para iluminar y revelar la verdad divina a aquellos que buscan comprenderla.
4. **Energía espiritual**: En algunas tradiciones esotéricas, se cree que el zafiro tiene propiedades energéticas que pueden potenciar la conexión espiritual y la intuición. Esta



asociación podría sugerir una relación entre el zafiro y las sefirot como canales a través de los cuales se puede acceder a la divinidad y experimentar la conexión espiritual.

Las Sefirot en la Cábala son una concepción multifacética que abarca desde la manifestación divina en el universo hasta los atributos inherentes a la Divinidad, y desde las etapas del proceso creativo hasta las luces que iluminan la realidad. Su comprensión y estudio son fundamentales para aquellos que buscan explorar las profundidades de la teología judía y la relación entre lo divino y lo humano.

El viaje hacia la patria original del hombre, el mundo de la divinidad, es explorado en la Cábala como un proceso en el que cada individuo se embarca. Los tratados cabalísticos abordan preguntas fundamentales sobre este viaje: ¿Qué bagaje es necesario llevar? ¿Qué obstáculos deben superarse? Estas son cuestiones que resuenan en la esencia misma de la experiencia cabalística.

Hablar de Cábala es adentrarse en la mística y los misterios, términos que, etimológicamente. La Cábala, en su esencia, implica cerrar la boca, los oídos y los ojos para preservar la grandiosidad de la sabiduría transmitida en sus enseñanzas.

La mística judía, según Rufus Jones, se define por la aspiración del hombre a una unión íntima con la divinidad. La experiencia mística, lejos de ser un conocimiento intelectual, se presenta como una conexión experiencial. Albert Einstein incluso resalta la importancia de maravillarse ante lo misterioso, sugiriendo que esta experiencia es la más hermosa que un ser humano puede tener (Alba, Latidos Cabalísticos, 2021).

Gershom Scholem, pionero en los estudios de Cábala, define esta tradición como las enseñanzas esotéricas del judaísmo, centrándose en las formas que adoptó desde el siglo XII en adelante. La Cábala, entonces, se revela como una tradición esotérica que se transmite a través de una cadena ininterrumpida, desde Moisés hasta los místicos de cada generación (Alba, Latidos Cabalísticos, 2021).

La Cábala, lejos de ser una filosofía, religión o dogma, se presenta como una doctrina mística, teosófica y esotérica. No solo busca conocer a D-os a través de la contemplación y la iluminación, sino que también explora la naturaleza de la divinidad y las relaciones entre D-os y el mundo. Su enfoque es doblemente esotérico, ya que no solo se ocupa de conocimientos ocultos, sino que también limita su aprendizaje a unos pocos elegidos.

En este fascinante viaje por los senderos de la Cábala, descubrimos que su riqueza reside en su capacidad para revelar los misterios más profundos de la existencia y ofrecer una conexión íntima con la divinidad.

La Cábala ha evolucionado a lo largo de los siglos, se ha desarrollado de manera significativa en la península ibérica durante la Edad Media. Exploraremos algunos de los



aspectos más destacados de la Cábala medieval, centrándonos en sus principales escuelas y modelos.

En primer lugar, es esencial comprender la diversidad de enfoques dentro de la Cábala. Durante la Edad Media, surgieron varias escuelas, cada una con sus propias interpretaciones y prácticas. Entre ellas, destacan la Cábala teosófica, la Cábala estática y la Cábala mágica práctica o talismán.

La Cábala teosófica se centra en la experiencia mística individual y busca alcanzar un estado de conciencia que permita al místico obtener una experiencia espiritual profética y redentora.

Por otro lado, Abraham Abulafia, un cabalista zaragozano, es uno de los representantes destacados de esta escuela. Su sistema, aunque introducido en Castilla, no logró prevalecer debido a la popularidad del sistema cabalístico del Zohar y a las tensiones con rabinos y cabalistas tradicionales (Alba, Latidos Cabalísticos, 2021). La Cábala estática, encabezada por Abulafia, propone una síntesis de diversas tendencias. Sin embargo, su enfrentamiento con rabinos y cabalistas tradicionales, junto con la difusión del Zohar, limitó su impacto en la Edad Media. Esta corriente se enfoca en la experiencia mística individual para alcanzar un éxtasis, utilizando técnicas como la repetición de nombres divinos y movimientos corporales (Alba, Latidos Cabalísticos, 2021).

La Cábala mágica práctica o talismán busca, a través de conjuros y talismanes, influir en entidades espirituales para lograr objetivos benéficos, como acabar con el sufrimiento del pueblo judío. Aunque la magia estaba prohibida en la religión judía, algunos cabalistas toleraron ciertos elementos mágicos para alcanzar metas altruistas.

Dentro de estos modelos, es fundamental mencionar la importancia de la región de Provenza, especialmente entre los siglos XI y XII, donde se desarrollaron grupos de místicos que se apartaron de la sociedad para dedicarse al estudio y la contemplación. Este movimiento influyó en el surgimiento de diversas corrientes cabalísticas en la península ibérica (Alba, Latidos Cabalísticos, 2021).

El Libro del Zohar, atribuido a Moisés de León, se convirtió en una obra central de la Cábala medieval. Aunque la autoría ha sido objeto de debate, se reconoce que Moisés de León desencadenó la difusión de esta obra, que ofrece un comentario místico y esotérico sobre el Pentateuco. Este libro influyó significativamente en la tradición cabalística posterior.

En resumen, la Cábala medieval en la península ibérica refleja una rica diversidad de enfoques místicos y filosóficos. Desde la Cábala teosófica centrada en la experiencia individual hasta la Cábala mágica práctica que busca influir en lo divino para fines benevolentes, estas corrientes han dejado una huella duradera en la tradición espiritual judía.

La Cábala presenta un sistema teosófico (una corriente de pensamiento filosófico y esotérico que busca el conocimiento directo de lo divino o lo último de la realidad. La teosofía explora preguntas fundamentales sobre la naturaleza del universo, la existencia humana y la relación entre lo divino y lo humano. En general, busca una comprensión más profunda de la verdad y la realidad mediante la exploración de aspectos espirituales y metafísicos) práctico a través del Árbol de la Vida y las Sefirot. Estas emanaciones divinas no solo representan aspectos específicos de la divinidad, sino que también ofrecen un camino para desvelar los misterios de la psique humana. El Árbol de la Vida se erige como un mapa místico que guía a los buscadores del conocimiento a través de los senderos de la conciencia subjetiva, ofreciendo una perspectiva única sobre la creación y la conexión entre lo divino y lo humano (marcinchains, 2011).

La Cábala ofrece una visión única y profunda sobre la naturaleza del lenguaje, revelando su conexión intrínseca con lo divino, exploraremos algunos conceptos clave de la Cábala, centrándonos en la idea mística de la lengua hebrea y su papel en la comprensión espiritual.

Desde los primeros momentos de la exégesis rabínica, se ha sostenido la noción de que la lengua hebrea es divina y santa. Su carácter único se deriva de su asociación con la creación misma, ya que, según la interpretación cabalística, D-os habló en hebreo para dar existencia a las cosas. Es una lengua creadora, y sus palabras, consonantes y vocales, tienen el poder de manifestar la realidad.

El concepto de la lengua divina se relaciona con la caída del hombre, según la narrativa bíblica en el Libro de Génesis. La Cábala sugiere que esta caída también llevó a la cosificación del lenguaje, perdiendo su conexión espiritual. Sin embargo, el hebreo conserva un recuerdo de su naturaleza divina, convirtiéndolo en una herramienta poderosa para los cabalistas.

La interpretación cabalística del lenguaje involucra técnicas como la gematría (valor numérico de las palabras), la temurá (permutación de letras) y la notarikon (interpretación mediante iniciales). Estas técnicas no solo revelan capas de significado sino que también sugieren que conocer el nombre auténtico de las cosas confiere la capacidad de recrearlas.

Un aspecto fundamental es el Tetragrama, el nombre de D-os representado por cuatro letras hebreas. Su valor numérico, 26, se vincula al concepto de unidad y amor, destacando la conexión intrínseca entre D-os y el amor (Alba, Latidos Cabalísticos, 2021).

El hebreo se convierte en el instrumento idóneo para moverse en lo divino, siendo utilizado por los cabalistas como medio para explorar y expresar la esencia espiritual.

La interpretación de la Torá, según la Cábala, va más allá de los relatos externos. La Torá se percibe como una estructura orgánica donde circula la propia vida de D-os. Sus letras son



nombres divinos que, combinados, proporcionan el nombre auténtico de D-os. La Torá, en su esencia, revela la creación y permite la conexión con lo divino.

La sabiduría de la Cábala también aborda el enigma del orden de la Torá, afirmando que solo D-os conoce su secuencia verdadera. La tradición sostiene que Moisés ascendió al cielo para recibir las reglas de descodificación, transmitiéndolas a lo largo de las generaciones.

La Torá tiene "70 caras", un número que simboliza la infinitud y la multiplicidad de interpretaciones. Se nos presenta la noción de un D-os trascendente, el "Dios oculto", pero también el D-os de la Torá, cercano al pueblo, humano en su relación con Israel. Aquí, los cabalistas no renuncian a ninguna de estas imágenes de D-os; más bien, buscan fusionarlas para revelar un aspecto más completo de la divinidad (Alba, Latidos Cabalísticos, 2021).

La introducción de las sefirot como entidades intermedias que reflejan la esencia divina introduce un elemento clave en la Cábala. Estas sefirot, representadas en el Árbol de la Vida, son símbolos de la manifestación de D-os en diversas etapas. A diferencia de otras corrientes filosóficas que ven la emanación como un acto de necesidad, la Cábala presenta la emanación como un acto de la pura voluntad de D-os, quien desea revelarse y compartir su esencia.

El Árbol de la Vida, se convierte en una metáfora rica que simboliza la salida de D-os desde su ocultamiento hasta la revelación. Donde el D-os infinito se manifiesta en múltiples sefirot sin perder su divinidad. Aquí, el simbolismo del carbón sugiere que la existencia de las sefirot hace visible lo que de otro modo permanecería oculto.

El enfoque antropocéntrico se destaca al presentar al hombre como un microcosmos, creado a imagen de D-os. La figura del "hombre primordial" revela dimensiones cósmicas y la conexión intrínseca del ser humano con la creación. Este hombre arquetípico se convierte en la clave para comprender la tikún, la corrección del universo.

La tikún, o corrección, es la tarea del cabalista: adquirir conocimientos y técnicas para despertar la verdadera naturaleza del hombre y restaurar el mundo a su estado original. Aquí, la responsabilidad del ser humano de influir en la realidad terrestre para impactar la realidad celestial se presenta como un principio fundamental.

La cábala se origina en tiempos antiguos y se ha desarrollado a lo largo de la historia. La cábala ve el universo como un orden vasto e invisible más allá de lo que percibimos en nuestra realidad cotidiana y cómo cada aspecto de la creación está interconectado. A medida que una persona alcanza estados de conciencia más elevados, llega a comprender que nada de lo que sucede es fortuito o inocente.

La enseñanza de la cábala se encuentra en varios libros, como el Bahir y el Zohar, que presentan conceptos fundamentales como el Árbol de las Sefirot, que representa la emanación de lo divino y la interconexión de todo en el universo.

La cábala ha sido malinterpretada y vinculada a corrientes parapsicológicas del New Age, a menudo simplificando su significado y desviándola de su verdadera vocación espiritual. Algunos han abusado de la cábala para promover sus propios intereses y tergiversar su verdadero propósito. Por eso hay que acercarse a las fuentes, estudiarlas y compararlas (Gelly, 2010)

La Cábala, involucra conocimientos transmitidos de generación en generación, se creía que este conocimiento poderoso debía ser compartido solo con unos pocos debido a su naturaleza secreta.

El Árbol de la Vida es fundamental en el estudio cabalístico, donde cada círculo representa una de las diez sefirot, que son aspectos a través de los cuales D-os se manifiesta.

La Cábala sostiene que el universo opera según principios poderosos y, al comprenderlos y vivir en concordancia con ellos, la vida puede mejorar notablemente tanto a corto como a largo plazo.
De la misma manera en que las leyes físicas como la gravedad existen independientemente de nuestra voluntad, las leyes espirituales del universo influyen en nuestras vidas constantemente. La Cábala proporciona el poder de comprender y vivir en armonía con estas leyes, permitiendo que las usemos en beneficio propio y del mundo.

Hace mucho tiempo, en los inicios del Universo, D-os emanó su esencia divina en un proceso infinito que dio origen a dos conceptos fundamentales en la Cábala: Ain Soph Aur y Or Ein Sof.

Ain Soph Aur, traducido como la "Luz Infinita", representa la primera etapa de esa emanación divina. Es la luz que surge del Ain Soph, la manifestación ilimitada, infinita y sin fin de la divinidad. Esta luz infinita, esencialmente la esencia misma de D-os, llena el espacio vacío y da origen a la creación. Ain Soph Aur es la fuente primordial que da vida a todo en el universo.

En la segunda etapa, surge Or Ein Sof, la "Luz del Infinito". Esta luz está asociada con la fase posterior a la emanación inicial de Ain Soph Aur. Se manifiesta en las Sefirot y habita en el mundo de la creación. Or Ein Sof representa la conexión entre la divinidad y la realidad creada, siendo la luz que desciende a través de las Sefirot para dar forma al universo y establecer un vínculo entre D-os y la creación.

En el entramado de la Cábala, D-os es conocido como "Ein Sof", el Ser sin fin. Para que el mundo finito y material existiera, la divinidad pasó por un proceso especial conocido como



Tzimtzum, una contracción que permitió la creación de un espacio vacío dentro de la luz infinita de D-os.

Este espacio vacío fue llenado por un rayo de luz llamado "Kav", que representaba todo lo necesario para crear los diferentes mundos y realidades. A medida que este rayo avanzaba hacia el centro, creaba distintos niveles de mundos, desde los más espirituales hasta el mundo material en el centro, similar a la teoría del Big Bang.

En cada uno de estos mundos, la luz divina se manifestaba de manera única. Los cabalistas denominaban a estos mundos "Atzilut", "Beriah", "Yetzirah" y "Assiyah". En el mundo material, como el nuestro, la luz divina estaba más oculta y limitada.

Para diversificar la creación, D-os reveló diferentes atributos divinos llamados "Sefirot", que son los bloques de construcción de la realidad. Cada Sefirah es una combinación de "Luces" (energía divina) y "Vasijas" (estructura o forma). Es crucial comprender que, a pesar de las diversas Sefirot y mundos, D-os sigue siendo Uno y no hay división en Él. Todas estas etapas de revelación, desde lo más alto hasta lo más bajo, se llevaron a cabo para permitirnos vivir en este mundo y al mismo tiempo mantenernos conectados con la esencia divina.

Dios creó el mundo y cómo podemos vivir una vida que refleje la presencia divina en todo lo que hacemos. También nos muestra que, a pesar de las diferencias en el mundo, todo proviene de una fuente divina única y eterna (Dovid Dubo, s.f.).

Imagina que D-os es como una luz brillante y poderosa que está en todas partes, pero es tan brillante que no podemos verla directamente. Es como mirar el sol, que es demasiado brillante para nuestros ojos.

La "Luz del Infinito" la OR EIN SOF es como los rayos del sol que llegan a la Tierra y que nos dan calor y luz. En la Cábala, esta Luz del Infinito nos da amor, la bondad y la energía de D-os que llega a nosotros.

Para recibir esta luz divina, debemos hacer cosas buenas y amorosas, como ayudar a los demás, ser amables y cuidar de nuestro mundo. Cuando hacemos estas cosas, estamos abriendo nuestro corazón y nuestra mente para conectarnos con la luz de D-os, ya que nosotros y nosotras somos vasijas receptoras de la luz infinita.

También podemos aprender sobre D-os y estudiar las enseñanzas especiales de la Cábala y otras fuentes para comprender mejor cómo funciona esta luz infinita.

Entonces, la "Luz del Infinito" es como la luz y el amor de D-os que podemos sentir cuando hacemos cosas buenas y aprendemos sobre Él. Es como los rayos del sol que nos calientan y nos hacen sentir felices.

La Cábala explora la naturaleza divina y la creación del universo. Se centra en la Sefirot, que son diez atributos o emanaciones divinas que forman parte de la representación del

Árbol de la Vida y todos los seres humanos tiene un árbol de la vida en su interior que son varias dimensiones del ser humano que tenemos que equilibrar, es decir las podemos representar como vasijas las cuales unas tienen más o menos luz infinita que otras, tenemos que llenarlas, ya que de esa manera llenamos nuestra vasija que es nuestra alma.

A continuación te voy a explicar unos conceptos muy importantes en la Cábala al final del libro tendrás un mayor entendimiento de los mismos:

Las sefirot Kéter, junto con Jojmá (Padre, Abba), Biná (Imma, Madre), forman el nivel del alma Neshamáh, que pertenece a Atziluth y representa la dimensión espiritual, atraen la luz divina que forma nuestro espíritu. En el mundo de Atziluth (Mundo de la Emanación), que es el mundo de las emanaciones divinas y más cercano a la Divinidad. Juntas, forman el Arik Jampin o Gran Rostro, que es una manifestación de la Divinidad en el mundo de Atziluth.

Durante el TzimTzum, que se refiere a la restricción o contracción de la luz divina para permitir la creación del universo, Kéter, Jojmá y Biná según la Cábala, estas sefirot no fueron afectadas por la reconfiguración del TzimTzum. Esto significa que retuvieron su integridad y conexión directa con la Divinidad.

En el ser humano, el espíritu se forma de la luz del Or Ein Sof y se almacena en el alma. Las sefirot Jésed, Geburá, Tiféret, Netsaj, Hod y Yesod representan dimensiones del mundo psíquico y emocional. Estas forman el nivel del alma Ruaj, que corresponde a la unión de Briah (Mundo de la Creación) y Yetziráh (Mundo de la Formación) y representa la dimensión emocional. Configuran el Zeir Ampin o Rostro Menor.

En el ser humano, esto corresponde al alma, que es la vasija del espíritu, es decir, la vasija que recibe la luz del Or Ein Sof. El nivel de alma Nefesh está asociado con Assiáh (Mundo de la acción) y representa el aspecto más terrenal del alma. Se forma de Maljut, que es lo terrenal. En el ser humano, esto corresponde al cuerpo, que almacena nuestra vasija o alma y nos permite experimentar el mundo físico.

Fuentes: (Cábala קבלה , 2020).

Imagina que las sefirot Kéter, Jojmá y Biná son como tres fuentes divinas que se combinan para crear el alma Neshamáh, el nivel más elevado del alma que representa la dimensión espiritual. Es como si estas fuerzas divinas actuaran como imanes, atrayendo la luz divina para dar forma a nuestro espíritu, y todo esto ocurre en el Mundo de la Emanación, Atziluth, que es como el taller celestial más cercano a la Divinidad. Juntas, estas fuerzas divinas forman el Arik Jampin o Gran Rostro, una manifestación directa de la Divinidad en este reino celestial.

Ahora, considera el TzimTzum, un proceso divino de contracción de la luz para permitir la creación del universo. En este caso, Kéter, Jojmá y Biná, según la Cábala, no se ven



afectadas por este proceso, como si fueran las partes inalteradas de una receta divina. Mantienen su integridad y conexión directa con la Divinidad, como si la esencia divina hubiera sido preservada sin cambios.

Traslademonos al ser humano. Imagina que el espíritu de una persona se forma a partir de la luz del Or Ein Sof y se almacena en el alma. Las sefirot Jésed, Geburá, Tiféret, Netsaj, Hod y Yesod actúan como dimensiones del mundo psíquico y emocional, como ingredientes que se combinan para formar el alma Ruaj. Este nivel de alma corresponde a la unión de Briah y Yetziráh, representando la dimensión emocional en el individuo. Configuran el Zeir Ampin o Rostro Menor, que sería como la expresión personal de las fuerzas divinas en el ser humano.

El nivel de alma Nefesh, asociado con Assiáh, representa el aspecto más terrenal del alma. Este nivel se forma de Maljut, lo terrenal, y en el ser humano, esto se traduce en el cuerpo. El cuerpo actúa como la vasija que almacena el alma y nos permite experimentar el mundo físico, como si fuéramos recipientes divinos disfrutando de la experiencia terrenal.

La configuración divina del alma, cuerpo y espíritu en el ser humano refleja un diseño intrincado que tiene un propósito sagrado. D-os, en su sabiduría infinita, estructuró estos elementos para proporcionar una experiencia significativa y evolutiva en el plano terrenal.

El espíritu, representa la conexión directa con la Divinidad, como si fuera una chispa divina individualizada. Este diseño busca fomentar la búsqueda espiritual y la conexión con lo trascendental a lo largo de la vida. El Alma en el nivel de Ruaj es como un recipiente de nuestro espíritu, esta estructura busca equilibrar y armonizar las dimensiones psíquicas y emocionales del individuo, proporcionando una base sólida para el crecimiento espiritual.

Y el cuerpo, es como una vasija que almacena otra vasija que es el alma y corresponde al nivel de alma Nefesh asociado con Assiáh, se forma de Maljut, lo terrenal. Esta elección divina sugiere que la experiencia humana en el mundo físico es fundamental para el crecimiento y la comprensión espiritual. El cuerpo actúa como la herramienta a través de la cual el alma experimenta y aprende en este plano material.

La configuración de alma, cuerpo y espíritu en el ser humano, según la Cábala, refleja la visión divina de proporcionar una experiencia completa y equilibrada que fomente la evolución espiritual en el plano terrenal. Cada elemento tiene su propósito específico en el viaje de la vida, diseñado para permitir al individuo explorar, aprender y crecer tanto a nivel espiritual como terrenal.

Cuando uno comparte Cábala nunca terminas de aprender cosas nuevas, cada día veo una búsqueda profunda de significado y conexión con el universo que nos rodea. Es un viaje fascinante hacia la comprensión de uno mismo y la aceptación de todas las partes que nos conforman.



Primero y ante todo, lo que resuena fuertemente es la idea de que, independientemente de nuestras creencias religiosas o filosóficas, todo se reduce a una sola cosa: el amor. Estamos aquí para experimentar el amor, ya sea que nos encontremos en un lugar lleno de él o en uno carente de él. Y en ese viaje hacia el amor, el primer paso es amarte a ti mismo.

Es inspirador ver y encontrar la grandeza dentro de uno mismo, más allá de los roles y las expectativas externas. La cábala te permite observar, experimentar, comprender mediante la meditación, de que el pensamiento es ilusorio y que gran parte de nuestro sufrimiento proviene de aferrarnos a él. Al liberarse de esta ilusión, experimenta una sensación expansiva y asombrosa de libertad, reconociendo que es parte integral del universo.

Es reconfortante saber que, incluso en los momentos más oscuros, hay una luz que guía el camino hacia la autenticidad y la plenitud. A través de la conexión con nuestras emociones y la aceptación de nuestra vulnerabilidad, encontramos la fuerza para enfrentar los desafíos de la vida con gracia y coraje.

La Cábala nos recuerda la importancia de vivir en el presente, sin aferrarnos al pasado o preocuparnos por el futuro. Es en el aquí y ahora donde encontramos la verdadera alegría y la paz interior. Y al abrazar todas las facetas de nuestro ser, nos liberamos de la necesidad de definirnos a través de roles o etiquetas externas.

En última instancia, somos seres de una vasta conciencia, bailando en el gran campo de la existencia. Nuestra misión es simple: dejar que la vida fluya a través de nosotros, cruzando las puertas de la percepción para experimentar la plenitud del ser.

Así que, querido amigo, querida amiga, te animo a que te sumerjas en tu propio viaje de autoexploración y autodescubrimiento. Encuentra la belleza en todas las partes de ti mismo y abraza la totalidad de tu ser con amor y aceptación. Porque en ese espacio de autenticidad y conexión, encontrarás la verdadera felicidad y plenitud que has estado buscando.

Entender nuestro propósito en este mundo puede ser desafiante cuando la vida parece carente de sentido. La búsqueda del significado de la vida, el universo y la humanidad es esencial para nuestra existencia. Nos encontramos constantemente con límites, pero superarlos es parte integral de nuestra experiencia. Nuestra percepción de la realidad se ve afectada por nuestras limitaciones, y al comprender cómo estas distorsionan nuestra visión, podemos descubrir verdades ocultas. El verdadero secreto radica en nuestras limitaciones, ya que estas nos impiden alcanzar plenamente las revelaciones que el universo tiene para ofrecer. Un cambio en nuestra consciencia altera nuestra percepción del mundo. Aunque la tecnología nos ayuda a comprender el universo, nuestro nivel de consciencia puede disminuir a medida que nuestra dependencia tecnológica aumenta. Esto se evidencia en el uso problemático de herramientas como las redes sociales, donde la polarización y el odio pueden desembocar en consecuencias desastrosas.



D-os Oculto

El concepto de D-os como "Elohim" y "Hashem" en la tradición judía es profundamente simbólico y refleja la comprensión de lo divino como algo trascendente y más allá de la comprensión humana. "Elohim" se refiere a D-os como el Creador, el poder detrás de la naturaleza y la creación, mientras que "Hashem", que se refiere a D-os con las cuatro letras sagradas del Tetragrámaton (YHVH), representa la esencia misma de lo divino, lo eterno y lo incomprensible para la mente humana.

La comprensión de Hashem, que está más allá de la consciencia humana, sugiere que D-os es trascendente, existiendo más allá de los límites del tiempo y el espacio, más allá de lo que podemos percibir con nuestros sentidos o comprender con nuestra mente finita. Esta trascendencia se refleja en la idea de que D-os es, fue y será, una existencia eterna que abarca toda la realidad.

Sin embargo, a pesar de esta trascendencia, D-os también se revela a través de su creación, manifestándose en la belleza y la complejidad del universo. Aunque D-os está presente en todas partes, también se oculta en diez niveles de la naturaleza, lo que lleva a que las personas confundan la creación con lo divino mismo. Este ocultamiento se manifiesta en la aparente aleatoriedad y complejidad de la naturaleza, lo que puede llevar a que las personas vean a la naturaleza misma como la fuente de toda existencia, en lugar de reconocer a D-os como el Creador y Sustentador del universo.

La expresión hebrea "Asar Sefirot HaSitrah" y se traduce como "los Diez Niveles de Ocultamiento". Este término se refiere a los niveles de ocultamiento de la presencia divina en la cosmología cabalística judía. Según la Cábala, la divinidad se manifiesta en diez niveles o esferas, pero su presencia está oculta dentro de estos niveles, lo que significa que no es directamente perceptible para la mente humana. Cada uno de estos niveles representa una capa de ocultamiento que distorsiona nuestra percepción de la divinidad y nos aleja de su presencia. El estudio y la práctica de la Cábala involucran desentrañar estos niveles de ocultamiento para revelar la presencia divina en todas las cosas y encontrar la conexión con lo sagrado en cada momento de la vida.

Según la Cábala, se enseña que D-os se oculta en diez niveles, conocidos como los "Diez Ocultamientos" o "Diez Esferas de Ocultación". Estos niveles representan diferentes formas en las cuales la presencia divina se oculta en la creación y en la experiencia humana. Cada uno de estos niveles es una capa de ocultamiento que distorsiona nuestra percepción de la divinidad y nos aleja de su presencia. Estos niveles son conocidos como las sefirot, diez emanaciones divinas en la Cábala que representan los aspectos y atributos de D-os. Estas sefirot son fases de manifestación de D-os, estadios por los que circula la vida divina a través de estos atributos divinos, son las luces en las que se refleja la vida oculta de D-os, son etapas del proceso creativo (Alba, Universidad Complutense de Madrid. Fundación Juan March., 2018).



El alfabeto hebreo y la Torá:

El rollo de la Torá que uno de los principales textos a los que se refiere la cábala es un texto muy antiguo, un texto sagrado del judaísmo que contiene los cinco libros de Moisés (Génesis, Éxodo, Levítico, Números y Deuteronomio), es un objeto de profundo respeto y veneración para los judíos. Una característica notable de los rollos de la Torá es que están escritos sin vocales, una práctica conocida como "ketiv male" en hebreo. Esta ausencia de vocales permite una interpretación más flexible y abierta del texto, lo que ha llevado a una amplia variedad de interpretaciones a lo largo de la historia judía.

La omisión de las vocales en el texto hebreo de la Torá sirve a varios propósitos significativos:

1. **Preservación de la tradición oral**: La falta de vocales en el texto de la Torá facilitó su memorización y transmisión oral en una época en que la escritura no era tan común como lo es hoy en día. Los eruditos judíos desarrollaron un sistema de vocalización y acentuación, conocido como "nikkud", para ayudar en la pronunciación correcta del texto durante la lectura, pero esto no se incluyó en el texto escrito de la Torá. Esto aseguró que la tradición oral de la Torá se mantuviera viva y se transmitiera de generación en generación.
2. **Multiplicidad de interpretaciones**: La falta de vocales en el texto de la Torá permite una gama más amplia de interpretaciones y significados potenciales. En la Cábala, se cree que cada letra y palabra de la Torá contiene múltiples capas de significado y que la omisión de vocales hace que el texto sea más susceptible a estas interpretaciones más profundas y místicas. Según la Cábala, las consonantes del alfabeto hebreo representan aspectos esenciales del universo y de la divinidad, mientras que las vocales agregan aspectos más terrenales y concretos. Por lo tanto, la ausencia de vocales en el texto de la Torá permite que el significado trascienda lo literal y se adentre en los reinos más elevados del conocimiento espiritual.
3. **Inspiración para la meditación y la contemplación**: En la práctica cabalística, los estudiosos pueden meditar y contemplar sobre las palabras y letras de la Torá, enfocándose en su forma y estructura sin las limitaciones de las vocales. Esto se realiza como un medio para acceder a niveles más profundos de conciencia espiritual y comprensión del cosmos.

Ahora imagina un camino iluminado por 32 senderos de mística sabiduría que conducen hacia D-os, el Señor de los ejércitos, el D-os de Israel, el vivo y soberano del universo, quien plasmo estos senderos en el arquetipo del árbol de la vida. Él, omnipotente y misericordioso, mora en la eternidad, su nombre es santo. Con maestría divina, diseñó el cosmos entrelazando escritura, números y palabra.

En la sinfonía cósmica del universo, D-os alzó su pluma divina sobre el lienzo del vacío infinito. Con trazos de luz y sombra, inscribió palabras sagradas en el tejido del espacio-tiempo, letras que danzan en la melodía eterna de la creación.



Cada letra, un universo por descubrir, cada palabra, un destello de sabiduría que guía el devenir de las estrellas. Los números, como notas musicales en el pentagrama del cosmos, danzan al compás de la geometría sagrada, tejida con hilo de oro en el telar del infinito.

Y entonces, con la majestuosidad de un coro celestial, D-os pronunció su palabra primordial, un susurro de eternidad que resonó en los confines del universo. Con cada sílaba, surgió la luz, la materia, la vida misma, como una sinfonía de colores y sonidos que llenó el vacío con la maravilla de la existencia.

Así, entre la pluma del escritor divino y el canto del arquitecto cósmico, se desplegó el universo en toda su grandeza y misterio, una obra maestra de belleza indescriptible, donde cada estrella, cada átomo, cada latido del corazón del cosmos, es una nota en la partitura del amor infinito de D-os.

Con solo 22 letras fundamentales, esculpió, trazó, intercambió y transformó, dando forma a todo lo existente y lo por venir. ¿Cómo lo hizo? Permutando, pesando e intercambiando, donde cada letra se funde y se refleja en todas las demás. Este ciclo incesante abre 231 puertas, cada una revelando la esencia de un único nombre (Alba, Latidos Cabalísticos, 2021).

Las 231 puertas, según el Séfer Yetsirá, son un poderoso instrumento de meditación que nos conecta directamente con las fuerzas creativas divinas. Estas puertas son el resultado de combinar las 22 letras fundamentales del alfabeto hebreo de dos en dos, sin repetición ni importancia en el orden.

El Séfer Yetsirá describe estas puertas como el mecanismo mismo de la creación. Al unir las letras de manera específica, se generan formas de energía metafísica que dan origen a la realidad material. Son como portales que nos permiten acceder al flujo creativo de la Luz Divina, que es la esencia misma de la creación.

La meditación en las 231 puertas canaliza este flujo creativo y lo hace descender hacia nosotros, permitiéndonos conectarnos con niveles más elevados de conciencia y comprensión espiritual. Es un proceso de apertura de conciencia que nos lleva a construir un fundamento sólido en el mundo espiritual.

En la tradición cabalística, estas puertas están relacionadas con el residuo que la Luz Infinita deja tras su retirada en la contracción original. Representan la potencialidad de la creación y establecen la pauta subyacente de todo lo que es determinado como vasija de la Luz.



La meditación en las 231 puertas es esencial en la técnica de creación, esta práctica nos permite entrar en contacto con la esencia misma de la creación y canalizar su energía para transformar nuestra realidad interior y exterior.

Así, las 231 puertas son un camino hacia la comprensión profunda de la creación y la conexión con las fuerzas divinas que la sustentan. Son portales de sabiduría y poder que nos invitan a explorar los misterios del universo y a manifestar nuestro potencial más elevado en el mundo material y espiritual.

A continuación presento la matriz de adyacencias de las permutaciones donde los unos significan la conexión entre dos letras del alfabeto hebreo y luego a continuación el dibujo del grafo que forman:

	א	ב	ג	ד	ה	ו	ז	ח	ט	י	כ	ל	מ	נ	ס	ע	פ	צ	ק	ר	ש	ת
א	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
ב	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
ג	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
ד	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
ה	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
ו	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
ז	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
ח	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
ט	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
י	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
כ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
ל	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
מ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1
נ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1
ס	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1
ע	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1
פ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1
צ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1
ק	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1
ר	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1
ש	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
ת	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Las 231 puertas en la Cábala se obtienen multiplicando 22 (el número de letras del alfabeto hebreo) por 21 (el número de permutaciones posibles entre dos letras distintas). Esto da como resultado 462, que es el número total de combinaciones posibles de dos letras del alfabeto hebreo. Sin embargo, en la Cábala, algunas combinaciones son consideradas redundantes, por lo que se eliminan, dejando un total de 231 puertas significativas (Alba, Universidad Complutense de Madrid. Fundación Juan March., 2018).



Aleph (א): 11.
Bet (ב): 12.
Gimel (ג): 13.
Dalet (ד): 14.
Hei (ה): 15.
Vav (ו): 16.
Zayin (ז): 17.
Chet (ח): 18.
Tet (ט): 19.
Yod (י): 20.
Kaf (כ): 21.
Lamed (ל): 22.
Mem (מ): 23.
Nun (נ): 24.
Samekh (ס): 25.
Ayin (ע): 26.
Pe (פ): 27.
Tsadi (צ): 28.
Qof (ק): 29.
Resh (ר): 30.
Shin (ש): 31.
Tav (ת): 32.

El proceso descrito consiste en una técnica de meditación cabalística que utiliza las 22 letras del alfabeto hebreo para conectar con fuerzas espirituales y ascender a niveles superiores de conciencia. Cada letra se pronuncia con su vocal natural, siguiendo un orden específico. Se visualiza un círculo con las letras alrededor y se unen las letras en parejas con un rayo de luz, siguiendo un ritmo respiratorio. Esto crea un polígono de 22 lados con todas sus diagonales trazadas, simbolizando la conexión con las energías divinas.

La 231 puertas podemos trazarlas en un círculo formado por sus relaciones, como un camino místico de ascenso espiritual. Estas puertas son representadas por las combinaciones de las letras del Tetragrámaton, el nombre de cuatro letras de D-os. A través de estas puertas, uno puede elevarse desde la acción hasta la gnosis, y finalmente alcanzar la voluntad completa y habitar en el pensamiento supremo.

En resumen, esta práctica de meditación utiliza las combinaciones de las letras hebreas para abrir puertas hacia niveles más elevados de conciencia y conexión espiritual, siguiendo un proceso de ascenso gradual hacia la comprensión y la unidad con lo divino.

A continuación presento matriz con todas las combinaciones (462):

א	ב	ג	ד	ה	ו	ז	ח	ט	י	כ	ל	מ	נ	ס	ע	פ	צ	ק	ר	ש	ת



א		אב	אג	אד	אה	או	אז	אח	אט	אי	אכ	אל	אמ	אנ	אס	אע	אפ	אצ	אק	אר	אש	את
ב	בא		בג	בד	בה	בו	בז	בח	בט	בי	בכ	בל	במ	בנ	בס	בע	בפ	בצ	בק	בר	בש	בת
ג	גא	גב		גד	גה	גו	גז	גח	גט	גי	גכ	גל	גמ	גנ	גס	גע	גפ	גצ	גק	גר	גש	גת
ד	דא	דב	דג		דה	דו	דז	דח	דט	די	דכ	דל	דמ	דנ	דס	דע	דפ	דצ	דק	דר	דש	דת
ה	הא	הב	הג	הד		הו	הז	הח	הט	הי	הכ	הל	המ	הנ	הס	הע	הפ	הצ	הק	הר	הש	הת
ו	וא	וב	וג	וד	וה		וז	וח	וט	וי	וכ	ול	ומ	ונ	וס	וע	ופ	וצ	וק	ור	וש	ות
ז	זא	זב	זג	זד	זה	זו		זח	זט	זי	זכ	זל	זמ	זנ	זס	זע	זפ	זצ	זק	זר	זש	זת
ח	חא	חב	חג	חד	חה	חו	חז		חט	חי	חכ	חל	חמ	חנ	חס	חע	חפ	חצ	חק	חר	חש	חת
ט	טא	טב	טג	טד	טה	טו	טז	טח		טי	טכ	טל	טמ	טנ	טס	טע	טפ	טצ	טק	טר	טש	טת
י	יא	יב	יג	יד	יה	יו	יז	יח	יט		יכ	יל	ימ	ינ	יס	יע	יפ	יצ	יק	יר	יש	ית
כ	כא	כב	כג	כד	כה	כו	כז	כח	כט	כי		כל	כמ	כנ	כס	כע	כפ	כצ	כק	כר	כש	כת
ל	לא	לב	לג	לד	לה	לו	לז	לח	לט	לי	לכ		למ	לנ	לס	לע	לפ	לצ	לק	לר	לש	לת
מ	מא	מב	מג	מד	מה	מו	מז	מח	מט	מי	מכ	מל		מנ	מס	מע	מפ	מצ	מק	מר	מש	מת
נ	נא	נב	נג	נד	נה	נו	נז	נח	נט	ני	נכ	נל	נמ		נס	נע	נפ	נצ	נק	נר	נש	נת
ס	סא	סב	סג	סד	סה	סו	סז	סח	סט	סי	סכ	סל	סמ	סנ		סע	ספ	סצ	סק	סר	סש	סת
ע	עא	עב	עג	עד	עה	עו	עז	עח	עט	עי	עכ	על	עמ	ענ	עס		עפ	עצ	עק	ער	עש	עת
פ	פא	פב	פג	פד	פה	פו	פז	פח	פט	פי	פכ	פל	פמ	פנ	פס	פע		פצ	פק	פר	פש	פת
צ	צא	צב	צג	צד	צה	צו	צז	צח	צט	צי	צכ	צל	צמ	צנ	צס	צע	צפ		צק	צר	צש	צת
ק	קא	קב	קג	קד	קה	קו	קז	קח	קט	קי	קכ	קל	קמ	קנ	קס	קע	קפ	קצ		קר	קש	קת
ר	רא	רב	רג	רד	רה	רו	רז	רח	רט	רי	רכ	רל	רמ	רנ	רס	רע	רפ	רצ	רק		רש	רת
ש	שא	שב	שג	שד	שה	שו	שז	שח	שט	שי	שכ	של	שמ	שנ	שס	שע	שפ	שצ	שק	שר		שת
ת	תא	תב	תג	תד	תה	תו	תז	תח	תט	תי	תכ	תל	תמ	תנ	תס	תע	תפ	תצ	תק	תר	תש	



A continuación presento matriz con valor gematrico de todas las combinaciones (462):

	א	ב	ג	ד	ה	ו	ז	ח	ט	י	כ	ל	מ	נ	ס	ע	פ	צ	ק	ר	ש	ת
א	0	3	4	5	6	7	8	9	10	11	21	31	41	51	61	71	81	91	101	201	301	401
ב	3	0	5	6	7	8	9	10	11	12	22	32	42	52	62	72	82	92	102	202	302	402
ג	4	5	0	7	8	9	10	11	12	13	23	33	43	53	63	73	83	93	103	203	303	403
ד	5	6	7	0	9	10	11	12	13	14	24	34	44	54	64	74	84	94	104	204	304	404
ה	6	7	8	9	0	11	12	13	14	15	25	35	45	55	65	75	85	95	105	205	305	405
ו	7	8	9	10	11	0	13	14	15	16	26	36	46	56	66	76	86	96	106	206	306	406
ז	8	9	10	11	12	13	0	15	16	17	27	37	47	57	67	77	87	97	107	207	307	407
ח	9	10	11	12	13	14	15	0	17	18	28	38	48	58	68	78	88	98	108	208	308	408
ט	10	11	12	13	14	15	16	17	0	19	29	39	49	59	69	79	89	99	109	209	309	409
י	11	12	13	14	15	16	17	18	19	0	30	40	50	60	70	80	90	100	110	210	310	410
כ	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	0	50	60	70	80	90	100	110	120	320	420	520
ל	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	50	0	70	80	90	100	110	120	130	330	430	530
מ	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	60	70	0	90	100	110	120	130	140	340	440	540
נ	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	70	80	90	0	110	120	130	140	150	350	450	550
ס	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	80	90	100	110	0	130	140	150	160	360	460	560
ע	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	90	100	110	120	130	0	150	160	170	370	470	570
פ	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	100	110	120	130	140	150	0	170	180	380	480	580
צ	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	110	120	130	140	150	160	170	0	190	390	490	590
ק	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	120	130	140	150	160	170	180	190	0	200	300	400
ר	201	202	203	204	205	206	207	208	209	210	320	330	340	350	360	370	380	390	200	0	500	600
ש	301	302	303	304	305	306	307	308	309	310	420	430	440	450	460	470	480	490	300	500	0	700
ת	401	402	403	404	405	406	407	408	409	410	520	530	540	550	560	570	580	590	400	600	700	0

Aquí tienes el significado de cada una de las letras del alfabeto hebreo:

1. **א (Aleph):** representa la unidad y la fuerza creativa primordial. Tiene un valor numérico de 1.
2. **ב (Bet)**: Representa la segunda letra del alfabeto. Tiene un valor numérico de 2. Simbólicamente, está asociada con la creación, el inicio y el segundo elemento del alfabeto.
3. **ג (Gimel)**: Es la tercera letra del alfabeto y tiene un valor numérico de 3. Se asocia con conceptos como la generosidad, la providencia divina y la recompensa.
4. **ד (Dalet)**: Es la cuarta letra del alfabeto y tiene un valor numérico de 4. Representa puertas, tanto físicas como metafóricas, y se asocia con el acceso y la apertura.
5. **ה (He)**: Es la quinta letra del alfabeto y tiene un valor numérico de 5. Es una letra que denota revelación divina y se asocia con la presencia de D-os.
6. **ו (Vav)**: Es la sexta letra del alfabeto y tiene un valor numérico de 6. Representa conexiones y uniones, tanto en un sentido físico como espiritual.

7. **ז (Zayin)**: Es la séptima letra del alfabeto y tiene un valor numérico de 7. Representa la espada o la corona y se asocia con la protección y la seguridad.
8. **ח (Het)**: Es la octava letra del alfabeto y tiene un valor numérico de 8. Se asocia con la vida y la renovación, así como con la gracia divina.
9. **ט (Tet)**: Es la novena letra del alfabeto y tiene un valor numérico de 9. Representa la serpiente y se asocia con el bien y el mal, así como con la tentación y la prueba.
10. **י (Yod)**: Es la décima letra del alfabeto y tiene un valor numérico de 10. Es una letra que representa la manifestación y la acción divina en el mundo.
11. **כ (Kaf)**: Es la undécima letra del alfabeto y tiene un valor numérico de 20. Se asocia con la palma de la mano y simboliza el poder y la autoridad.
12. **ל (Lamed)**: Es la duodécima letra del alfabeto y tiene un valor numérico de 30. Representa la enseñanza y el aprendizaje, así como la justicia y el equilibrio.
13. **מ (Mem)**: Es la decimotercera letra del alfabeto y tiene un valor numérico de 40. Se asocia con las aguas y el flujo de la vida, así como con la purificación y la transformación.
14. **נ (Nun)**: Es la decimocuarta letra del alfabeto y tiene un valor numérico de 50. Representa la descendencia y la perpetuidad, así como la fe y la fidelidad.
15. **ס (Samekh)**: Es la decimoquinta letra del alfabeto y tiene un valor numérico de 60. Se asocia con el apoyo y la protección, así como con la estabilidad y la fortaleza.
16. **ע (Ayin)**: Es la decimosexta letra del alfabeto y tiene un valor numérico de 70. Representa el ojo y se asocia con la visión espiritual y la percepción interior.
17. **פ (Pe)**: Es la decimoséptima letra del alfabeto y tiene un valor numérico de 80. Representa la boca y se asocia con la comunicación y la expresión.
18. **צ (Tsade)**: Es la decimoctava letra del alfabeto y tiene un valor numérico de 90. Se asocia con la justicia y la rectitud, así como con la caza y la captura.
19. **ק (Qof)**: Es la decimonovena letra del alfabeto y tiene un valor numérico de 100. Representa la parte posterior de la cabeza y se asocia con la santidad y la santidad.
20. **ר (Resh)**: Es la vigésima letra del alfabeto y tiene un valor numérico de 200. Se asocia con la cabeza y la mente, así como con el liderazgo y la autoridad.
21. **ש (Shin)**: Es la vigesimoprimera letra del alfabeto y tiene un valor numérico de 300. Representa los dientes y se asocia con el juicio y la redención.
22. **ת (Tav)**: Es la vigesimosegunda y última letra del alfabeto y tiene un valor numérico de 400. Se asocia con el sello y la marca, así como con la perfección y la plenitud.

Esta matriz de las 231 puertas es un concepto simbólico utilizado en la Cábala para representar las diferentes combinaciones de las 22 letras del alfabeto hebreo. Cada par de letras forma una "puerta" que puede ser interpretada como una entrada hacia una comprensión más profunda de la realidad cósmica y espiritual. Aquí hay una explicación del significado de cada una de las "puertas" en la matriz para el caso de alef (solo es una interpretación):

1. א (Aleph):
    - אב: Representa el potencial creativo, la conexión entre el origen y la manifestación.
    - אג: Simboliza el proceso de desarrollo y crecimiento, el camino hacia la realización.



- אד: Representa la trascendencia sobre los límites y la superación de obstáculos.
- אה: Se refiere a la integración de lo divino en lo humano, la presencia espiritual en el mundo material.
- או: Simboliza la unión de opuestos, la armonización de fuerzas contrarias.
- אז: Representa la manifestación del poder divino en la realidad tangible.
- אח: Simboliza la unidad en la diversidad, la conexión entre todas las cosas.
- אט: Representa el equilibrio entre el cielo y la tierra, la integración de lo espiritual y lo material.
- אי: Se refiere al descubrimiento interior, la búsqueda de la verdad en el mundo interno.
- אכ: Simboliza el poder de la palabra, la capacidad de crear a través del habla.
- אל: Representa la conexión con lo trascendente, la búsqueda de la divinidad.
- אמ: Se refiere a la maternidad divina, el cuidado y la protección de la creación.
- אנ: Simboliza la individualidad dentro de la unidad, la singularidad en el universo.
- אס: Representa la fuerza de voluntad, la determinación para alcanzar metas.
- אע: Se refiere a la exploración de lo desconocido, el coraje para enfrentar lo incierto.
- אפ: Simboliza el poder del juicio, la capacidad de discernir entre lo correcto y lo incorrecto.
- אצ: Representa la justicia divina, el equilibrio entre el castigo y la misericordia.
- אק: Se refiere al poder de la acción, la capacidad de transformar la realidad a través del trabajo.
- אר: Simboliza la prosperidad y la abundancia, la bendición divina en la vida material.
- אש: Representa la energía vital, la chispa divina que anima toda la creación.
- את: Se refiere a la consumación y la realización, la culminación del proceso creativo.

Estas interpretaciones son solo ejemplos de cómo se puede entender simbólicamente cada "puerta" en la matriz de las 231 puertas. La Cábala y otras tradiciones espirituales ofrecen diversas interpretaciones y significados para estas combinaciones de letras.

La Cabalá nos ofrece una visión intrigante del fluir de la Luz Divina a través de los diferentes niveles de existencia es tova relacionado con las 231 puertas o portones. Esta Luz, conocida como Or Yashar o Luz Recta, se percibe como descendiendo desde la más alta esfera, el Ein Sof, pasando por Adam Kadmón, Atsilut, Beriyá, Yetsirá y finalmente llegando a Asiyá, nuestro mundo físico.

La Luz Recta sigue un orden preciso, conocido como Seder Histalshelut o "orden de concatenación", que guía su revelación desde lo más alto hasta lo más bajo. Este orden establece cómo se manifiestan los mundos y las Sefirot, los aspectos divinos, a medida que la Luz Divina desciende.

La distinción entre la Luz Recta y la Luz Circular es crucial en la Cabalá. Mientras que la Luz Recta sigue un camino definido, con un principio y un final, la Luz Circular representa una

revelación divina sin principio ni fin, como un círculo infinito. Además, la Luz Recta se diferencia del concepto de Or Jozer, o Luz Retornante.

La Luz Retornante ilumina desde abajo hacia arriba, desafiando el orden establecido de los mundos y las Sefirot. Esta luz, al no estar limitada por el Seder Histalshelut (se refiere al "orden de concatenación" o "sucesión de emanación" de los mundos y las Sefirot a través de los cuales la Luz Divina se revela y desciende desde lo más alto hasta lo más bajo), puede influir en los mundos superiores de manera directa, sin seguir una progresión gradual. A menudo, después de períodos de adversidad o caída espiritual, el resurgimiento crea esta Luz Retornante, llevando a las personas a niveles superiores de conciencia y espiritualidad.

Los Tserufim, o Permutaciones, son otro concepto central en la Cabalá. Estas son combinaciones de letras hebreas que se utilizan en prácticas espirituales, como el método desarrollado por Rabí Abraham Abulafia. Los 231 Portones (Puertas), mencionados en el Sefer Yetsirá, son un conjunto de permutaciones que representan todas las combinaciones posibles de las 22 letras del alfabeto hebreo. Estas permutaciones, tanto hacia adelante como hacia atrás, son consideradas fundamentales en la comprensión de la creación divina y la manifestación de la Palabra Divina en el mundo físico (Cabala Coach, s.f.).

En el principio, en el fulgor del éter primordial, D-os, el Creador Supremo, contempló el lienzo de la nada con ojos de infinita sabiduría. Y en su vasta imaginación, tejió las hebras de la existencia con hilos de luz y sombra, de tiempo y eternidad.

Con mano divina, esculpió las 231 puertas de la creación, cada una una joya radiante en el velo del cosmos. Cada puerta era un umbral hacia un reino único, una sinfonía de posibilidades infinitas. En el resplandor de su magnificencia, estas puertas brillaban como estrellas en la noche insondable, prometiendo secretos ocultos y maravillas por descubrir.

La primera puerta fue forjada con el susurro del viento y el murmullo de las aguas primigenias. A través de ella, D-os infundió vida en la materia, dando inicio al gran baile de la existencia. Los átomos danzaron en espirales de luz, creando galaxias y nebulosas, tejiendo la tela cósmica de la realidad.

La segunda puerta se abrió con el destello de un pensamiento divino. Fue a través de esta puerta que D-os dio forma al tiempo, un río eterno que fluía desde la eternidad hasta el infinito. El pasado, el presente y el futuro se entrelazaron en un ballet etéreo, donde cada instante era una joya preciosa en la corona del universo.

La tercera puerta resonaba con el eco de las almas recién creadas. A través de ella, D-os tejió el tapiz del destino, entrelazando los hilos de la vida con cuidado y amor. Cada alma era una chispa divina, destinada a brillar con luz propia en el vasto firmamento de la creación.



Y así, puerta tras puerta, el universo tomó forma, una sinfonía de luz y sombra, de amor y misterio. Las estrellas cantaron su canción eterna, los planetas danzaron en su órbita celestial, y en cada rincón del cosmos, la presencia de D-os se hizo sentir, eterna y sublime.

Las 231 puertas se convirtieron en el corazón palpitante del universo, un laberinto de posibilidades infinitas donde el amor y la belleza reinaban supremos. Y en el centro de todo, en el santuario sagrado de la creación, D-os sonrió con benevolencia, contemplando su obra maestra con ojos de infinita gratitud y amor.

Según la Cabalá, las creaciones del mundo están formadas por estas combinaciones de letras, cada una portadora de una fuerza creadora divina. Desde los mundos superiores hasta la esencia de toda creación terrenal, estas combinaciones de letras representan el fundamento mismo de la existencia según esta tradición espiritual.

La Cabalá ofrece una perspectiva fascinante sobre la naturaleza de la Luz Divina y su manifestación en el mundo, desde los más altos reinos espirituales hasta nuestra realidad física, a través de un intrincado sistema de orden, retorno y permutación de letras hebreas.

En la cosmología cabalística, las Sefirot son los diez aspectos o emanaciones a través de los cuales D-os se manifiesta en el universo, revelando su naturaleza y generando la creación. Cada Sefirah representa una cualidad divina específica, y su interacción crea y sustenta la realidad. Las 231 puertas, por otro lado, provienen de la combinación de las 22 letras del alfabeto hebreo con las 10 Sefirot, formando el conjunto conocido como las 231 compuertas.

Estas compuertas son una interpretación mística de cómo las energías divinas se expresan y se entrelazan para dar forma al universo. Cada una de las 231 compuertas representa una combinación única de energías, resultado de la interacción entre las letras sagradas y las Sefirot.

En el corazón del misterio reside la verdadera comprensión y la sabiduría más profunda. La Cábala, forjada en los rincones de Europa occidental y la península ibérica, dio origen al legendario "Sefer Yetzira" entre los siglos IV y VI. Este libro, aunque no es en sí mismo cabalístico, es el más reverenciado por los estudiosos de todos los tiempos.

En sus páginas se despliega el misterio de las "sefirot", los peldaños del árbol de la vida, una estructura cósmica que refleja la esencia del D-os oculto. Estos escalones místicos ofrecen un viaje desde lo terrenal hasta el reino divino, donde cada alma encuentra su verdadero hogar.

La Cábala, una sabiduría tan vasta que las palabras humanas apenas pueden abarcarla, se guarda en el corazón del conocimiento experiencial. Es un arte esotérico, no porque se oculte, sino porque solo se revela a aquellos dispuestos a explorar sus profundidades.

Estas enseñanzas secretas del judaísmo, arraigadas desde la Edad Media, han sido un faro para el misticismo judío durante siglos. Aquí, la experiencia de D-os es inmediata, una comunión directa en la que el divino se revela a sí mismo a través de la creación, la revelación y la redención.

La cábala y los números

La Gematria, el Notaricon y la Temura son tres técnicas utilizadas en la Cábala, una tradición esotérica judía, para interpretar textos sagrados y descubrir significados ocultos en palabras o frases. Cada una de estas técnicas se basa en métodos distintos pero complementarios para explorar la profundidad simbólica y esotérica de la Torá y otros textos religiosos. A continuación te presento las tres técnicas:

1. **Gematria:** Es una técnica utilizada en la Cábala y otras tradiciones místicas judías para encontrar significados ocultos en palabras o frases mediante el cálculo del valor numérico de las letras hebreas o, en ocasiones, de otras lenguas que utilizan un sistema de numeración similar. Cada letra hebrea tiene un valor numérico asociado, lo que permite sumar los valores de las letras en una palabra para obtener un número que se cree que revela información o asociaciones simbólicas adicionales.

Por ejemplo, en hebreo, la letra aleph tiene un valor numérico de 1, bet tiene un valor de 2, y así sucesivamente. Al sumar los valores de las letras en una palabra, se puede obtener un valor numérico total. Los practicantes de la Gematria buscan patrones, relaciones significativas o correspondencias entre palabras con valores numéricos similares, lo que puede arrojar luz sobre el significado esotérico de un texto o concepto.

En la Cábala y la tradición judía, la gematría es un sistema de asignar valores numéricos a las letras hebreas. Este sistema se utiliza para encontrar significados ocultos en las palabras y textos sagrados.

Un ejemplo en gematría, zona las palabras del nombre de tetagrama, “ahaba” y "Ehad" tienen los valores numéricos que muestro a continuación:

- "Javé" (הוהי) tiene un valor numérico de 26, que es la suma de los valores de las letras yod (10), hei (5), vav (6) y hei (5).
- "Ehad" (דאח) tiene un valor numérico de 13, que es la suma de los valores de las letras alef (1), jet (8) y dalet (4).
- Respecto a la palabra "ahava" (הבהא), que significa "amor" en hebreo, también es interesante notar que su valor numérico es 13, como el de "Ehad". Esto podría ser interpretado como un símbolo de la conexión entre el amor y la unidad en la concepción cabalística del mundo.



El hecho de que ambos términos tengan valores numéricos relacionados puede ser significativo en términos de la comprensión cabalística de la relación entre D-os, el amor y la unidad divina.

Otro ejemplo lo podemos encontrar en la tradición judía, específicamente en el Tanaj (Antiguo Testamento), encontramos una referencia a la prohibición de trabajo y ayuno durante el Día de la Expiación (Yom Kippur) en el libro de Levítico, capítulo 23, versículos 26 al 32. Sin embargo, en cuanto a la afirmación de que Satanás no tiene poder sobre los hombres durante el Día de la Expiación, sin embargo encontramos que en la gematría hebrea, la palabra "HaSatan" (הַשָּׂטָן), que significa "el adversario" o "el acusador" en hebreo, tiene un valor numérico de 364, coincide que el año tiene 365 días.

2. **Notaricon:** Es una técnica utilizada en la Cábala para encontrar significados ocultos en palabras o frases mediante la formación de palabras compuestas por las iniciales de otras palabras. Esta técnica se basa en la acrología, que es el arte de formar palabras o frases a partir de las letras iniciales, medias o finales de otras palabras.

   Por ejemplo, en hebreo, cada letra se considera un símbolo con un significado particular. Al tomar las iniciales de varias palabras y combinarlas para formar una nueva palabra, se pueden revelar conexiones simbólicas o significados más profundos. Esta práctica se utiliza a menudo en la interpretación de textos sagrados o en la elaboración de enseñanzas místicas.

3. **Temura:** La Temura es una técnica utilizada en la Cábala para la permutación de letras en una palabra o frase, con el propósito de ocultar su verdadero significado o revelar significados ocultos. La permutación puede ser realizada de diversas maneras, como el intercambio de letras por otras según un patrón predefinido o la sustitución de cada letra por otra que ocupe una posición específica en el alfabeto.

   Esta técnica se emplea para encriptar mensajes o para descifrar textos considerados sagrados o misteriosos. Al manipular las letras de una palabra o frase mediante la Temura, se pueden revelar nuevas palabras con significados relacionados o se pueden crear acertijos que desafíen al estudiante a descubrir la verdadera intención detrás del mensaje. La Temura es una práctica compleja que requiere un profundo conocimiento de la lengua y las enseñanzas cabalísticas.

¿Qué es la Mistíca?

Te presento la idea de este concepto de tres grandes estudiosos de la Mística:

1. **Rufus Jones**:
   - **Nombre completo**: Rufus Matthew Jones
   - **Vida**: Nació el 25 de enero de 1863 y falleció el 16 de junio de 1948.



- **Breve biografía**: Rufus Jones fue un destacado teólogo, filósofo y líder cuáquero estadounidense. Los cuáqueros, también conocidos como la Sociedad Religiosa de los Amigos, son un grupo religioso cristiano que se originó en Inglaterra durante el siglo XVII. Fueron fundados por George Fox, quien buscaba una experiencia religiosa más directa y personal, alejada de las formalidades y estructuras eclesiásticas de la Iglesia de Inglaterra de su época. Se desempeñó como profesor de Filosofía e Historia de la Religión en la Universidad de Haverford. Además, fue un defensor del movimiento por la paz y un promotor del diálogo interreligioso. Jones también se interesó por el misticismo y la espiritualidad, explorando temas relacionados con la mística cristiana y las prácticas contemplativas.
- **Perspectiva sobre la mística**: Rufus Jones, siendo un líder cuáquero y un estudioso de la religión comparada, veía la mística como una experiencia personal y directa de lo divino. Creía en la importancia de la experiencia interior y en la comunión directa con lo divino, que a menudo se alcanza a través de prácticas contemplativas y de la escucha interior. Jones valoraba la mística como una forma de conexión espiritual que trasciende las estructuras religiosas convencionales y promueve una relación más profunda con lo sagrado.

2. **Tomás de Aquino**:
   - **Nombre completo**: Santo Tomás de Aquino
   - **Vida**: Nació en 1225 (aproximadamente) y falleció el 7 de marzo de 1274.
   - **Breve biografía**: Tomás de Aquino fue un influyente teólogo, filósofo y santo de la Iglesia Católica. Es conocido por sus contribuciones al pensamiento escolástico y por su intento de reconciliar la filosofía aristotélica con la teología cristiana. Su obra más famosa es la "Summa Theologiae", donde aborda una amplia gama de temas teológicos y filosóficos. Aquino también influyó en la comprensión del misticismo cristiano y en la teología sacramental.
   - **Perspectiva sobre la mística**: Tomás de Aquino, siendo un teólogo y filósofo medieval, tenía una visión más estructurada de la mística dentro del contexto de la teología católica. Para Aquino, la mística implicaba un acercamiento gradual y sistemático a D-os, a través del estudio de la filosofía, la teología y la práctica religiosa. Creía en la importancia de la razón y la fe en el camino hacia la unión con lo divino. Aunque reconocía la importancia de las experiencias místicas, las integraba dentro de un marco teológico más amplio que enfatizaba la comprensión racional de la fe.
3. **Gershom Scholem**:
   - **Nombre completo**: Gerhard Scholem
   - **Vida**: Nació el 5 de diciembre de 1897 y falleció el 21 de febrero de 1982.
   - **Breve biografía**: Gershom Scholem fue un erudito judío alemán e israelí, considerado uno de los principales expertos en misticismo judío y en la Cábala. Contribuyó significativamente a la comprensión moderna de la Cábala y sus raíces históricas. Scholem escribió extensamente sobre figuras clave del misticismo judío, como el rabino del siglo XVI, Isaac Luria. Además, desempeñó un papel crucial en el

establecimiento de los estudios de Cábala como una disciplina académica respetada.

- **Perspectiva sobre la mística**: Gershom Scholem, siendo un erudito judío especializado en misticismo judío y en la Cábala, veía la mística como una tradición rica y compleja dentro del judaísmo. Para Scholem, la mística judía representaba un intento de comprender y experimentar directamente la naturaleza de D-os y del universo a través de la contemplación, la meditación y el estudio de textos sagrados. Creía en la importancia de preservar y estudiar las enseñanzas místicas judías como una parte integral de la herencia espiritual judía y como una fuente de inspiración para la búsqueda espiritual contemporánea.

Tipos de Pensamiento Cabalístico

La Cábala es una forma de la mística judía, pero existen otras formas de la mística judía. ¿Cuáles son?:

1. **Hasidismo:** Es un movimiento dentro del judaísmo ortodoxo que enfatiza la espiritualidad y la devoción personal a D-os. Los Hasidim buscan una relación íntima y emocional con lo divino, a menudo a través de la música, la danza y la oración ferviente.
2. **Merkabah:** Esta forma de misticismo se centra en la meditación sobre las visiones de la "Merkabah", el carro celestial mencionado en la visión del profeta Ezequiel. Los practicantes de la Merkabah buscan ascender a través de los siete cielos y contemplar la gloria de D-os en su trono.
3. **Heikhalot:** Similar a la Merkabah, el Heikhalot se centra en las ascensiones místicas a través de los niveles celestiales. Sin embargo, mientras que la Merkabah se enfoca en la visión del trono de D-os, el Heikhalot se concentra en las visiones de los palacios celestiales y los ángeles.
4. **Jasidismo:** Una rama del judaísmo ortodoxo que enfatiza la devoción a D-os y la alegría en la vida espiritual. Los jasídicos buscan una relación personal y afectiva con lo divino, a menudo a través de la práctica de la oración, el estudio y la observancia de los preceptos religiosos.

El camino espiritual no es fácil, pues implica desafíos externos y dudas internas. No todos comprenderán tu búsqueda y podrían juzgarte. Aunque encontrarás compañeros en tu camino, no todos estarán en la misma sintonía. Es importante advertir a otros que reflejas su trabajo interior. La luz del alma ilumina naturalmente, no necesita imponerse. La espiritualidad debe ser interiorizada y no impuesta. La aceleración social desafía a las instituciones religiosas a evolucionar. Existe una necesidad espiritual en la sociedad actual que podría conducir a una nueva forma de religión. Escucha tu interior y actúa con confianza, sin miedo a ser quien eres realmente (Terol & Sabán, 2023).

La Cábala no es una filosofía, aunque aplica algunos conceptos del neoplatonismo. Tampoco es una religión ni un dogma. Es una doctrina mística, teosófica y esotérica que se da en el seno del judaísmo. Como mística, busca "una forma de conocer a D-os y la



creación"; se basa en la contemplación y la iluminación con el fin de establecer un contacto íntimo e inmediato con D-os (Devecut, adhesión). Es una doctrina teosófica que se interesa en la naturaleza de la divinidad y las relaciones que se establecen entre D-os y el mundo. Es doblemente esotérica porque, en algunos casos, se ocupa de conocimientos ocultos y su aprendizaje está reservado a unos pocos que cumplen una serie de requisitos (Alba, Latidos Cabalísticos, 2021).

Líneas de pensamiento (Alba, Universidad Complutense de Madrid. Fundación Juan March., 2018):

1. **Teocéntrico: D-os** es el centro de su especulación y las sefirot son sus interacciones, objeto de estudio y meditación.
2. **Teosófica:** Desarrollo de una teoría sobre la estructura del mundo divino con sus variados y complejos mapas. "Una topografía de la divinidad", la importancia de los mandamientos y la práctica religiosa, comentarios mítico-simbólicos de los textos bíblicos. El Sefer Hazohar es la obra cumbre de la cábala.

Líneas de cábala estática (Alba, Universidad Complutense de Madrid. Fundación Juan March., 2018):

1. **Antropocéntrica:** El ser humano ocupa el lugar central. Busca la experiencia mística individual y lo que esto aporta al individuo.
2. **Lingüística:** Conocimiento de D-os mediante los nombres divinos.
3. **Cábala de los nombres:** Recitación de nombres divinos y la combinación de letras del alfabeto hebreo con el fin de conseguir experiencias estáticas. Utiliza distintas técnicas para lograr estados de consciencia que conduzcan al éxtasis, esto lo hacen realizando movimientos del cuerpo siguiendo el ritmo de la música y el canto. Escasa presencia en este tipo de Cábala del simbolismo que caracteriza a la cábala teosófica. No le preocupa la teoría.
4. **Cábala mágica, práctica o talismánica:** El objeto de la acción humana no es la divinidad, sino el mundo inferior, como son el alma cósmica, ángeles, fuerzas, astros, conjuros, magia, talismanes y otros. Se desarrolló sobre todo en la época renacentista en contacto con los esoteristas cristianos y musulmanes.
5. **Mística de la Merkabah:** Se extendió a lo largo de un periodo de 11 siglos a partir del siglo II d.C. en Babilonia, Palestina y Centro de Europa.
6. El movimiento pietista alemán: Los Haside-Askenas renuncian a todos los placeres.
7. **Cábala Medieval:** Se desarrolla principalmente en Provenza-Cataluña a fines del siglo II d.C. como movimiento místico-teosófico en las comunidades judías de Provenza y Languedoc.

La cábala se continuó desarrollando en Castilla del año 1200 a 1492. La Cábala Lurianica comienza entre 1500 y 1650, después surge el movimiento Jasídico en Polonia y Ucrania en 1750.

Historia cronológica de la Cábala

La cronología de la Cábala es un tanto compleja y está sujeta a debate entre los estudiosos, ya que los orígenes y el desarrollo de esta tradición mística judía están envueltos en cierto misterio y especulación. Sin embargo, puedo proporcionarte una breve cronología que abarca algunos de los hitos más importantes en la historia de la Cábala:

- La cronología bíblica sitúa a Abraham, el patriarca, aproximadamente entre el siglo XIX y XVIII a.C. Sin embargo, es importante tener en cuenta que las fechas exactas pueden variar dependiendo de la interpretación de los textos bíblicos y de otras fuentes históricas. Según la narrativa del Antiguo Testamento, Abraham es considerado el padre del pueblo judío y es una figura central en el judaísmo, el cristianismo y el islam. Su historia se relata principalmente en los libros del Génesis en la Biblia. El "Libro de la Formación" (Sefer Yetzirah) es uno de los textos fundamentales en la Cábala judía. Aunque tradicionalmente se le atribuye a Abraham, el patriarca bíblico, su autoría y origen son difíciles de determinar con certeza. Se cree que fue escrito en algún momento entre los siglos II y VI d.C. en la región de Babilonia. Este texto es considerado uno de los primeros tratados de misticismo judío y es una obra central en la tradición de la Cábala. El "Libro de la Formación" explora conceptos metafísicos y cosmogónicos, así como las formas en que las letras del alfabeto hebreo están relacionadas con la creación del universo. Es un texto denso y complejo que ha sido objeto de interpretación y comentario por parte de numerosos estudiosos a lo largo de los siglos.
- Años más tarde Moisés recibió los mandmientos y secretos de la creación que permancerían ocultos por mucho tiempo ya que la humanidad en ese tiempo no estba lista para recibirlos. Una estimación comúnmente aceptada sugiere que Moisés vivió alrededor del siglo XIII a.C., basándose en una serie de factores, como la cronología bíblica, referencias a eventos históricos y registros arqueológicos. Sin embargo, es importante tener en cuenta que estas fechas son aproximadas y sujetas a debate entre los estudiosos religiosos e historiadores
- Siglo I d.C.: Se cree que algunos de los conceptos y prácticas que más tarde se asociarían con la Cábala comenzaron a desarrollarse en el contexto de la literatura rabínica temprana.
- Rabí Shimon bar Yojai, también conocido como Rashbi, es una figura importante en la tradición judía y en la mística judía, especialmente en el ámbito de la Cábala. Según la tradición, Rabí Shimon bar Yojai fue un destacado sabio y maestro que vivió en el siglo II d.C.

  La historia cuenta que Rabí Shimon bar Yojai huyó a una cueva junto con su hijo, Elazar, para escapar de la persecución romana. Durante su tiempo en la cueva, según la leyenda, estudiaron y enseñaron la Torá de manera intensiva y recibieron revelaciones místicas. Durante este período, se dice que Rabí Shimon bar Yojai escribió el Zohar, que es uno de los textos más importantes en la Cábala.

  El Zohar es una obra mística que se compone de una colección de escritos que abarcan diversas áreas, como la teología, la cosmología y la ética, y se presenta en



forma de comentario místico sobre la Torá. La autoría exacta del Zohar ha sido objeto de debate académico, y algunos eruditos sostienen que fue escrito en una época posterior y atribuido retroactivamente a Rabí Shimon bar Yojai y sus seguidores. Sin embargo, dentro de la tradición judía, se considera que Rabí Shimon bar Yojai es el autor espiritual del Zohar, ya que se le atribuye haber transmitido las enseñanzas contenidas en él.

- Siglo XII: Se producen los primeros escritos que presentan ideas cabalísticas, como el Sefer Yetzirah y el Bahir. Aparecen nuevos grupo de cabalistas que estudiaron los secretos de la cábala nuevamente.
- Siglo XIII: Reparece el Zohar, uno de los textos cabalísticos más influyentes y misteriosos, atribuido a Moisés de León.
- Siglo XVI: Este período ve un florecimiento significativo de la Cábala, con figuras como Isaac Luria (Ari) y Moshe Cordovero (Ramak) desarrollando sistemas cabalísticos complejos y enseñanzas que influyeron profundamente en el pensamiento judío.
- Siglo XVII y XVIII: La Cábala continúa desarrollándose, con la difusión de las enseñanzas de Luria y Cordovero a través de las obras de sus discípulos y otros escritores cabalistas.
- Siglo XIX y XX: Durante este período, la Cábala experimenta un resurgimiento de interés tanto dentro como fuera de la comunidad judía, con figuras como Gershom Scholem y otros eruditos judíos que estudian y popularizan la tradición cabalística.

La historia de la Cábala abarca varios siglos y ha experimentado diferentes etapas de desarrollo y difusión. Ha sido una tradición dinámica que ha influido en la espiritualidad judía y ha generado una amplia gama de textos y enseñanzas a lo largo de los años.
La razón por la que la Cábala se mantuvo en gran medida oculta durante mucho tiempo es un tema complejo y multifacético que involucra diversos factores históricos, culturales y religiosos.

1. **Secreto y misticismo**: La Cábala ha sido tradicionalmente considerada como una enseñanza mística y esotérica dentro del judaísmo, con un enfoque en la comprensión de la naturaleza de D-os, el universo y la relación entre ellos. Como tal, muchas de sus enseñanzas se han considerado sagradas y reservadas solo para aquellos que han demostrado estar espiritualmente preparados y maduros para comprenderlas. Este énfasis en la revelación selectiva y gradual de la sabiduría espiritual contribuyó a mantener la Cábala en cierto grado de secreto.
2. **Persecución y prohibición**: En ciertos períodos de la historia, los estudios cabalísticos estuvieron sujetos a persecución y censura por parte de las autoridades religiosas y civiles. En algunos casos, la Cábala fue vista como una amenaza para la ortodoxia religiosa o para el orden social establecido. Como resultado, muchos estudiosos cabalísticos operaban en la clandestinidad para evitar represalias.
3. **Complejidad y simbolismo**: La Cábala, con su uso extensivo de simbolismo y su complejidad conceptual, no siempre fue fácilmente accesible para todos. Requería un profundo conocimiento de la Torá, la ley judía y la tradición religiosa, así como una



comprensión avanzada de la filosofía y la teología. Esta barrera de entrada limitaba el acceso a las enseñanzas cabalísticas a una élite intelectual y espiritual.

4. **Renacimiento de la Cábala**: A pesar de su ocultamiento en ciertos períodos de la historia, la Cábala experimentó un renacimiento en la Europa medieval y la Edad Moderna, especialmente entre los judíos ashkenazíes y sefardíes. Este resurgimiento condujo a la publicación y difusión más amplia de textos cabalísticos, aunque aún estaba reservada principalmente para los círculos eruditos y espirituales.

La Cábala se mantuvo oculta en gran parte debido a una combinación de su naturaleza mística y esotérica, la persecución histórica, su complejidad intelectual y el énfasis en la revelación selectiva de su sabiduría. No necesariamente se trata de que la humanidad no estuviera "lista" para la Cábala, sino más bien de que su acceso estaba restringido por diversos factores históricos y culturales.

Principales Autores de la Cábala

La Cábala es un sistema complejo de conocimiento místico y esotérico que ha sido abordado y desarrollado por numerosos autores a lo largo de los siglos. Aquí hay algunos de los principales autores de la Cábala:

1. **Rabí Akiva**: Un destacado sabio judío del siglo I d.C., a menudo se le atribuye haber desarrollado algunas de las primeras ideas y principios de la Cábala.
2. **Moisés de León**: Un rabino español del siglo XIII, a quien se le atribuye la autoría del Zohar, uno de los textos cabalísticos más importantes. Aunque algunos académicos cuestionan su autoría, su contribución radica en haber introducido y popularizado el Zohar, que se convirtió en una obra fundamental para los estudios cabalísticos.
3. **Isaac Luria (Ari)**: Un rabino cabalista del siglo XVI, conocido por sus enseñanzas sobre la cosmología y la creación según la Cábala. Su sistema cabalístico, conocido como Lurianismo, tuvo una profunda influencia en el desarrollo posterior de la Cábala.
4. **Moshe Cordovero (Ramak)**: Un rabino y cabalista del siglo XVI, contemporáneo de Isaac Luria, fue un importante exponente de la Cábala. Escribió varias obras importantes, como "Pardes Rimonim" y "Tomer Devorah".
5. **Yosef Karo**: Un rabino del siglo XVI, conocido por su obra "Shulján Aruj", un código de ley judía que incluye referencias a la Cábala y que sigue siendo una obra central en la práctica judía.
6. **Gershom Scholem**: Un erudito judío del siglo XX, conocido por sus estudios académicos sobre la Cábala. Sus investigaciones han sido fundamentales para la comprensión moderna de la historia y la filosofía cabalística.
7. **Jacob e Isaac ha-Cohen:** También conocidos como los Rokeachim, fueron rabinos y cabalistas del siglo XIII. Contribuyeron al estudio y desarrollo de la Cábala a través de sus comentarios y enseñanzas sobre textos cabalísticos anteriores, así como por sus propias obras originales.
8. **Moisés Ben Simón:** Fue un cabalista español del siglo XIII conocido por sus contribuciones a la Cábala práctica y mística. Es especialmente reconocido por su obra



"Sha'arei Zohar" (Puertas del Zohar), que es un comentario sobre el Zohar y se considera una importante fuente de enseñanza cabalística.

9. **José ibn Chiquitilla:** Fue un destacado cabalista y filósofo judío del siglo XIII. Su principal contribución a la Cábala radica en su intento de reconciliar la Cábala con la filosofía aristotélica, fusionando elementos de ambas tradiciones en sus obras.
10. **Abraham Abulafia:** Fue un místico judío español del siglo XIII conocido por desarrollar métodos de meditación y técnicas místicas basadas en la manipulación de letras y palabras hebreas. Sus enseñanzas influyeron en el desarrollo de la Cábala práctica y la expansión de la meditación mística dentro del judaísmo.
11. **Isaac el Ciego:** Fue un destacado cabalista y filósofo judío del siglo XIII en Provenza. Su principal contribución a la Cábala fue su obra "Sefer ha-Bahir" (Libro del Esplendor), que es uno de los primeros textos cabalísticos importantes.
12. **Rabí Moshé ben Najmán**: Comúnmente conocido como Najmánides o RaMBaN (por las iniciales de su nombre en hebreo), fue un destacado rabino, filósofo y comentarista bíblico medieval. Nacido en Gerona, Cataluña, España, en 1194, y fallecido en 1270, Najmánides es una figura importante en la historia del judaísmo y uno de los principales exponentes de la tradición rabínica. Najmánides escribió sobre la Cábala en su comentario sobre el Libro de la Creación (Sefer Yetzirah), uno de los textos fundamentales de la Cábala. En su explicación, ofrece interpretaciones místicas de los aspectos cosmogónicos y metafísicos presentados en el Sefer Yetzirah, profundizando en la relación entre las letras hebreas y la creación del universo.

Estos son solo algunos de los autores más destacados en la historia de la Cábala, pero hay muchos otros cuyas contribuciones han influido en su desarrollo y práctica a lo largo del tiempo.

Principales Textos Cabalísticos

La Cábala ha generado una amplia variedad de textos a lo largo de los siglos, algunos de los cuales se consideran fundamentales para el estudio y la práctica de esta tradición mística judía. Aquí hay una selección de algunos de los principales libros de la Cábala:

1. **Zohar**: Posiblemente el texto cabalístico más importante, el Zohar es una obra central que se atribuye al rabino Mosé de León, aunque su autoría exacta ha sido objeto de debate. Este texto es una colección de comentarios místicos sobre la Torá y otros aspectos de la tradición judía. Se compone de varios volúmenes y está escrito en un estilo complejo y simbólico.
2. **Sefer Yetzirah (Libro de la Creación)**: Este antiguo texto, atribuido a Abraham, es uno de los primeros tratados cabalísticos y explora la creación del universo a través del poder de las letras y los números.
3. **Bahir (Libro de la Iluminación)**: Es uno de los textos cabalísticos más antiguos que se conocen. Ofrece enseñanzas sobre la creación, los atributos divinos y la naturaleza de la realidad.



4. **Tomer Devorah (La Palmera de Débora)**: Escrito por Moshe Cordovero, este libro explora conceptos cabalísticos relacionados con la ética, la piedad y la relación entre el hombre y D-os.
5. **Pardes Rimonim (El Pomar de Granadas)**: Otra obra de Moshe Cordovero, este libro se centra en los conceptos cabalísticos de los sefirot y otros aspectos de la cosmología cabalística.
6. **Etz Hayim (Árbol de la Vida)**: Escrito por Chaim Vital, discípulo de Isaac Luria (Ari), este texto es una recopilación de las enseñanzas de Luria sobre la Cábala, incluidos los conceptos de la creación y la redención.
7. **Sha'ar HaGilgulim (La Puerta de la Reencarnación)**: Escrito por Hayim Vital, este libro trata sobre el concepto cabalístico de la reencarnación y cómo se relaciona con la evolución del alma.

Estos son solo algunos ejemplos de libros importantes en la tradición cabalística. Hay muchos otros textos que han influido en el desarrollo y la práctica de la Cábala a lo largo de los siglos.

¿Puedo compartir la Kabbalah?

Para compartir Cabalá tienes que hacerlo de forma teórica, para que alguien aprenda debes dejar que viva su experiencia sin hacer juicios, sin corregir, cada quien debe encontrar su corrección (tikun), ¿Puedes responder dudas al respecto? Sí. Pero puede que no le funcione a otros tu solución, la respuesta para cada quien está en el conocimiento adquirido de la kabbalah y de la experiencia de practicarla. Te lo cuento como una anécdota imagina la que la cábala es un antiguo libro lleno de sabiduría, la anécdota va así:

Había una vez un antiguo libro de sabiduría guardado en lo más profundo de una biblioteca mística. Este libro contenía las verdades más valiosas sobre la vida, la espiritualidad y el universo mismo. En las páginas de este libro, cada palabra era un río de conocimiento, una puerta hacia la comprensión más profunda.

Un día, un joven curioso llegó a esta biblioteca. Había oído hablar de este libro y anhelaba entender su propósito en la vida. El bibliotecario, un sabio anciano, le mostró el libro, indicándole que estaba abierto para aquellos que deseaban aprender.

El joven hojeó las páginas, leyó palabras que resonaban profundamente en su alma y vio secretos que desvelaban los misterios de la existencia. Se sintió tentado a correr y contar al mundo todo lo que había descubierto. Pero el bibliotecario le detuvo con sabias palabras: "El conocimiento que has encontrado aquí es valioso. No es solo lo que se dice, sino cómo se experimenta en tu propio ser. Cada uno debe recorrer su propio camino para comprenderlo".

El joven entendió que, aunque el conocimiento podía ser compartido, la verdadera comprensión solo podía ser descubierta viviendo las experiencias y reflexionando sobre el aprendizaje adquirido. No se trataba solo de contar lo que había leído, sino de encontrar las respuestas a sus preguntas más profundas al vivir, sentir y reflexionar sobre su propia vida.

El sabio bibliotecario le aconsejó: "Tu testimonio no está en contar lo que leíste, sino en cómo el conocimiento adquirido guía tus pasos, moldea tus elecciones y te lleva a descubrir la esencia de tu propia existencia".

Y así, el joven se dispuso a emprender su viaje. Se dio cuenta de que cada página leída era una semilla plantada en su corazón, y que su testimonio no residía en lo que decía, sino en cómo esas semillas florecían en su propio ser, moldeando su vida y su comprensión del mundo. Puedes compartir el libro, pero no puedes explicar lo aprendido en tu experiencia, ni juzgar a los otros como viven su experiencia de la vida con o sin cábala.

Esta anécdota me recuerda que es como dar consejos a aquellos que buscan orientación es una forma de respetar su deseo de recibir ayuda. Es una manifestación de consideración hacia los demás. Al brindar consejos solo cuando son solicitados, se respeta la autonomía de cada individuo, permitiéndoles tomar decisiones de manera consciente y propia. Esta actitud fomenta una interacción más respetuosa, en la que se valora la libertad y la capacidad de elección de cada persona.



Enseñanza que nos da la kabbalah

La Cábala ofrece una comprensión profunda del alma humana y del universo, y apreció la honestidad radical de los cabalistas al tratar de comprender la realidad sin dejarse influenciar demasiado por el contexto histórico o teológico (Dagas, 2023).

La conexión entre Ciencia y Cábala se destaca que los cabalistas utilizaban conceptos religiosos como instrumentos al servicio de una comprensión científica de la realidad. Muchos avances científicos estaban presentes en textos religiosos, aunque a menudo pasan desapercibidos.

La Importancia de estudiar y la necesidad de estudiosos de la Cábala en la actualidad, ya que hay una abundancia de información dentro de ella. Sugiere que la Cábala contiene elementos científicos valiosos y que descifrar estos textos podría ser fundamental para el avance de la civilización.

Existe el Sentido del Alma y el Autoengaño como una dicotomía entre la mente racional, que se centra en resultados y carencias, y la mente intuitiva, que opera sobre la abundancia y el proceso. Se destaca la importancia de llegar al núcleo duro del alma, que a menudo se encuentra bloqueado por la mente racional. También existe el riesgo de la frivolidad como una forma de evitar enfrentar el vacío y la profundidad.

La Búsqueda de Sentido y la Compasión en la vida y cómo la sociedad a menudo compadece a quienes se ven como víctimas, pero no siempre aprecia a aquellos que superan la adversidad y muestran fuerza interior.

Lucha contra el autoboicot en Kabbalah es combatir las limitaciones impuestas por uno mismo que impiden alcanzar el potencial personal.

Se considera la Inadaptación como motor de cambio, se valora la inadaptación como una fuerza positiva, siempre y cuando esté alineada con la rectificación del mundo y contribuya al cambio constructivo.

Ayuda a no adaptarse a las zonas de seguridad de la mente, se aboga por desafiarse a uno mismo y no conformarse con los límites autoimpuestos, buscando estrategias para desbloquear las zonas de seguridad de la mente.

La kabbalah busca romper con la desconexión entre discurso y práctica en instituciones: Se señala la falta de coherencia entre el discurso de algunas instituciones (religiosas y políticas) y sus prácticas, destacando la importancia de la honestidad en la búsqueda espiritual. La velocidad de los procesos internos de rectificación espiritual supera la inercia de las instituciones, lo que podría llevar a cambios significativos en la sociedad.

Buscar tiempo disponible como oportunidad de reflexión, como una oportunidad para la reflexión y el cambio interior, subrayando la importancia de aprovechar este tiempo.

El uso de arquetipos en la Cábala, ayudan a representar modelos de personalidades desequilibradas y buscan la rectificación y perfección en cada dimensión.

La kabbalah aboga por una honestidad radical en la espiritualidad, liberándose de teologías y dogmas que han causado daño a lo largo de la historia.

Unos ejemplos de estos conceptos son aunque lingüísticamente distintos, los términos Teshuvá y Tikkun son equivalentes en el sentido de rectificación y retorno a la esencia.

1. **Teshuvá:**
   - **Significado:** Teshuvá se traduce comúnmente como "arrepentimiento" o "retorno". Sin embargo, en la Cábala, su significado va más allá de una mera disculpa. Teshuvá implica un profundo cambio interior, un retorno a la esencia divina, y la rectificación de las acciones y comportamientos.
   - **Proceso Interior:** La Teshuvá es un proceso interno que implica reflexión, reconocimiento de errores, arrepentimiento genuino y el compromiso de cambiar. Este cambio no solo se trata de corregir acciones negativas, sino de elevar la conciencia y conectarse más profundamente con la divinidad.
2. **Tikkun:**
   - **Significado:** Tikkun significa "rectificación" o "reparación". En la Cábala, se refiere al proceso de restaurar el equilibrio cósmico y corregir las imperfecciones en el mundo.
   - **Trabajo Colectivo:** Tikkun implica no solo la rectificación a nivel individual sino también a nivel global. Se considera que cada acción, tanto positiva como negativa, tiene un impacto en el universo. Trabajar en Tikkun implica contribuir a la mejora del mundo y participar en la transformación espiritual y moral.

Relación entre Teshuvá y Tikkun:

- La Teshuvá y el Tikkun están intrínsecamente vinculados en la filosofía de la Cábala. Se cree que a través del arrepentimiento y el retorno a la esencia divina (Teshuvá), se contribuye a la rectificación y restauración del equilibrio cósmico (Tikkun).
- La idea es que al mejorar y corregir nuestras acciones a nivel personal, contribuimos al bienestar colectivo y a la elevación espiritual del mundo.

Proceso Continuo:

- Tanto la Teshuvá como el Tikkun son procesos continuos. No se trata solo de acciones momentáneas, sino de un compromiso constante con el crecimiento espiritual y la contribución positiva al mundo.



La Kabbalah, la espiritualidad y búsqueda del conocimiento

En la actualidad, discutimos temas científicos como el origen del universo mediante el Big Bang, y a veces encontramos similitudes en textos como la Biblia. Sin embargo, debemos tener cuidado cuando utilizamos declaraciones de la ciencia antigua como si fueran descripciones del creador sobre el entendimiento de las ciencias modernas. En el caso de la Biblia u otros textos sagrados, por ejemplo, no debemos restarles autoridad, infalibilidad o inerrancia, sino valorarlos como una fuente de enseñanzas valiosas para nuestro crecimiento personal, tanto en lo espiritual como en lo humano. De esta manera, podemos entender el significado profundo de estos textos y aplicarlos a nuestra vida cotidiana de una manera práctica y enriquecedora. También debemos tomar que exciten diferentes niveles de lenguaje para estos textos como lo es Pardes, es un concepto de la Cábala que se refiere al "jardín" o al "paraíso". Este término proviene del hebreo y representa diferentes niveles o capas de interpretación de los textos sagrados. En el Pardes se consideran cuatro niveles de comprensión (Alba, Universidad Complutense de Madrid. Fundación Juan March., 2018):

1. **Peshat**: el nivel literal o simple de entendimiento, es la forma con la que todos los lectores están acostumbrados.
2. **Remez:** el nivel alegórico, que sugiere significados más profundos a través de alusiones, metáforas o simbolismos.
3. **Drash:** el nivel midráshico o de explicación, que amplía las interpretaciones a través de enseñanzas y comentarios. Comparaciones entre pasajes similares y metáforas.
4. **Sod:** el nivel esotérico o místico, que se relaciona con el significado más profundo y oculto de los textos. Comprende el misterio y el secreto divino en los textos.

En realidad, existe una gran importancia de conocer y utilizar las enseñanzas que nos brindan la Biblia, el zohar, la Torá, el budismo, el talmud y muchas otras fuentes para desarrollarnos de manera espiritual. Pero es fundamental diferenciar espiritualidad y ciencia, debemos comprender que ambos son importantes y complementarios.

Un ejemplo de la combinación de la ciencia y la cábala, son los investigadores argentinos del Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET), el Dr. Fernando y el Dr. Pablo, aplican enfoques diferentes para llevar a cabo sus investigaciones. El Dr. Fernando utiliza la meditación mientras que el Dr. Amster se enfoca en la kabbalah.

El Dr. Fernando ha practicado la meditación budista durante varios años y cree en sus beneficios. Ha estudiado cómo la meditación puede cambiar la percepción de las personas y cómo puede mejorar el funcionamiento del cerebro y puede unirse a la regeneración de células madre. También cómo la meditación ayuda a las personas a aceptar el cambio y reducir el sufrimiento. Tiene una visión positiva de la meditación y cree que puede tener un impacto significativo en la vida de las personas (Kemelmajer, s.f.).

El Dr. Amster utiliza la Kabbalah como una herramienta para conectar conceptos y asociaciones cuando escribe. La lectura y la escritura son parte del mismo proceso para él, ya que ambos implican hacer conexiones entre ideas y conceptos. La Kabbalah ofrece diferentes formas de leer y entender sus textos, lo que resulta fascinante para Amster. Por ejemplo, la Kabbalah plantea que hay cuatro formas de leer sus textos: la lectura literal, la alegórica, la que extrae o le exige al texto, y la secreta. Este enfoque multidimensional de la lectura y el estudio de los textos cabalísticos puede ofrecer nuevas perspectivas y conexiones para los escritores y los lectores, permitiéndoles profundizar en el significado y la sabiduría de la Kabbalah. Se dedica a la investigación de la reprogramación celular. Además de su trabajo científico, cree que la matemática es un lenguaje bien hecho y que aprender un lenguaje es un acto de amor. El Dr. Amster que establece conexiones entre la ciencia y la espiritualidad, y cree que la humildad es necesaria para el aprendizaje de la vida. Sugiere que la ciencia y la espiritualidad no son mundos enfrentados, y que la humildad y la pregunta son fundamentales tanto para la ciencia como para la filosofía (Kemelmajer, s.f.).

La Kabbalah utiliza la meditación como herramienta fundamental para la práctica de sus enseñanzas, de manera muy similar a como se realiza las técnicas de relajación, respiración y Mindfulness. Por ejemplo, en el caso de la kabbalah se tiene la meditación, un ejemplo es la práctica de la lectura de la Keriat Shema al hamita (www.kabbalahmashiah.com, s.f.), una oración que se realiza antes de dormir, El Shemá es una oración central en el judaísmo y se encuentra en el Libro de Deuteronomio (Deuteronomio 6:4-9). Es una afirmación de la unidad de D-os y un recordatorio del mandato de amar a D-os con todo el corazón, el alma y la fuerza.

La tradición de recitar el Shemá antes de dormir se basa en la creencia de que es importante llevar estos principios y enseñanzas a la mente antes de entrar en el estado de sueño. La práctica de recitar el Shemá al acostarse está arraigada en el deseo de finalizar el día con un recordatorio de la presencia divina y el compromiso con los mandamientos.

"*Escucha, Israel, Hashem es nuestro D-os, Hashem es uno.*

Se dice en voz baja: Bendito es el nombre de su glorioso reinado por siempre.

Amarás a Hashem tu D-os, con todo tu corazón, con toda tu alma, y con todas tus posesiones. Y estarán estas palabras, que yo te ordeno hoy, en tu corazón. Y las enseñarás a tus hijos, y hablarás de ellas, cuando estés sentado en tu casa y cuando viajes en el camino, y cuando te acuestes y cuando te levantes. Y las atarás como señal en tu brazo, y serán tefilín entre tus ojos. Y las escribiras en las jambas de tu hogar, y sobre tus portones" (Aish, s.f.).

Existen otras prácticas, como la meditación con los 72 nombres de D-os que anteriormente ya hemos mencionado.



Estas prácticas tienen como objetivo ayudar a cada individuo a buscar su mejor versión, a reflexionar sobre sí mismo y conocerse mejor a través de la sabiduría ancestral de la Kabbalah (Alejandro, 2021). Al enfocarnos en el presente y dejar el pasado atrás, podemos aprender a disfrutar de cada momento y dejar de pensar que nunca encontraremos la felicidad completa.

Con la meditación las personas logran elevar la conciencia (es decir mayor autorreflexión) y prestan mayor atención a las personas que les rodean, entendiendo lo que la vida tiene para ofrecernos.

La Kabbalah se basa en varios libros, pero los más importantes son los textos bíblicos, el Sefer Yetzirah y el Zohar, representa una sabiduría que abarca tanto el macrocosmos como el microcosmos, ya que impulsa al individuo hacia la virtud y el autoconocimiento. La Kabbalah no solo se enfoca en el conocimiento de D-os y los misterios divinos, sino que también busca el desarrollo espiritual del ser humano. Por lo tanto, se entiende que la Kabbalah tiene una dimensión práctica que busca guiar al individuo en su búsqueda del conocimiento y la virtud, lo que a su vez lo lleva a conocerse a sí mismo de una manera más profunda.

Por ejemplo los antiguos cabalistas buscaban el conocimiento, sabían cosas como que la tierra era esférica y la organizaron y la dividieron en 7 continentes, esto lo podemos encontrar en el Talmud y el Zohar:

Fragmento de Talmud pasaje de Chagigah 12b (https://www.sefaria.org/):

"Lo mismo se aplica a la tierra: dado que es una esfera física humilde, no habríamos esperado que fuera creada junto con el cielo. Por lo tanto, es apropiado discutirlo más extensamente."

En el contexto de la discusión, se hace una comparación entre el cielo y la tierra, y se dice que el cielo es una esfera física muy elevada y perfecta, mientras que la tierra es una esfera física humilde y no tan perfecta. Sin embargo, se señala que la tierra es necesaria y tiene un propósito importante en el plan divino. Imagínate el avance y progreso que hubiera traído esto a la humanidad en su tiempo, no hubiéramos tenido que esperar que Colón navegara más allá de España, aunque esto derivo en mucho sufrimiento humano durante el choque de culturas durante la invasión, pero hizo que la ciencia comenzara a transformarse.

El pasaje de Chagigah 12b del Talmud desde el siglo III d.C es un texto que trata temas relacionados con la contemplación divina y la importancia del estudio de la Torá. En el contexto de la discusión, se hace una comparación entre el cielo y la tierra, y se señala que ambas tienen su propósito en el plan divino.

Pero esto ya se había documentado en el libro Zohar (www.zohar.com):



Vayikra: Verso 142

Hay un lugar habitado, de modo que cuando hay luz para unos - EN ESE LADO DEL MUNDO - es oscuridad para otros EN EL OTRO LADO DEL MUNDO. ASÍ, cuando es de día para un grupo, es de noche para los demás. Hay un lugar habitado donde sólo hay día y no hay noche, salvo por un rato. Se ha dicho en los libros antiguos y en el libro de Adán QUE HAY SIETE TIERRAS, UNA DEBAJO DE LA OTRA, CON UN FIRMAMENTO QUE SEPARA TODAS Y CADA TIERRA, y esto es correcto. ES DECIR, ÉL NO ESTÁ EN DESACUERDO CON ELLOS EN SUS PALABRAS QUE SON TODOS UN GLOBO DIVIDIDO EN SIETE PARTES, COMO SE EXPLICARÁ. Está escrito como tal en: "Te alabaré, porque he sido hecho de una manera formidable y maravillosa; maravillosas son tus obras" (Tehilim 139:14) y "Cuán múltiples son tus obras, Hashem" (Tehilim 104:24). Por lo tanto, todo está bien, PORQUE AMBAS SON PALABRAS DEL ELOHIM VIVIENTE. NO DEBEMOS CUESTIONAR CÓMO AMBAS INTERPRETACIONES PUEDEN SER CORRECTAS, VIENDO QUE SE CONTRADICEN, porque este secreto ha sido transmitido a los hombres de sabiduría, y no a los que ponen Y DIVIDEN los límites NATURALES, y es un profundo misterio de la Torá.

Hay que reconocer que otros ya sabían que la tierra era redonda como Anaximandro de Samos, quien vivió en el siglo VI a.C., argumentó que la Tierra era esférica. También es cierto que Eratóstenes, quien vivió en el siglo III a.C., calculó la circunferencia de la Tierra utilizando mediciones del ángulo del sol en diferentes ciudades. Este cálculo se considera notablemente preciso, y se cree que el resultado fue de unos 39.700 kilómetros (La tierra es redonda, s.f.).

Existe mucho conocimiento perdido de la humanidad y en algunos casos se redescubrió, un ejemplo es la antigua Biblioteca de Alejandría, la más grande que haya existido, fundada por Alejandro Magno después de derrotar a los persas se dice fue destruida por Julio Cesar en el año 48 a. C., también se llegó a culpar a los “musulmanes que supuestamente quemaron los papiros para calentar los baños” y otra teoría sugiere que la biblioteca no fue destruida en su totalidad por un solo evento, sino que sufrió daños y pérdidas de sus obras a lo largo de los siglos debido a incendios, saqueos y negligencia, sin mencionar que el “papiro era un material muy delicado y caduco” (Miguel Trula, 2022), ya no digamos de los cristianos que mataron a Hipatia (fundacionaquae.org, s.f.) una de las más destacadas académicas y profesoras de la Biblioteca de Alejandría, y se destacó por su habilidad en matemáticas, astronomía y filosofía. En este sentido, algunos historiadores consideran que la biblioteca fue decayendo gradualmente hasta que desapareció por completo.

En cualquier caso, lo cierto es que hoy en día no existe una Biblioteca de Alejandría tal como existía en la antigüedad (Ahora lo llamamos internet), aunque en el lugar donde se encontraba se ha construido una moderna Biblioteca de Alejandría que busca continuar su legado como centro de conocimiento y aprendizaje (Gerez Levy, 2020).



Hablando del pasado lamentablemente durante la Edad Media europea hubo un retroceso en la comprensión científica de la forma de la Tierra, ya ni hablar del pobre Galileo Galilei (Galilie Galilei, s.f.) en 1633 que descubrió que la Tierra y los demás planetas giran alrededor del Sol, o de Giordano Bruno (wikipedia, s.f.) quien murió quemado en 1600 por la misma idea que tenía Galileo y porque "Predicaba que el universo era infinito, que no tenía un único centro y estaba lleno de mundos habitados como el nuestro" (da Silveira, 2018), y podemos citar varios ejemplos del conocimiento en general.

El Zóhar (זהר) fue escrito hace más de 2.000 años según algunas fuentes (www.kabbalah.com, 2023), aunque también se dice fue escrito por Shimon bar Yojai en el siglo II (wikipedia, s.f.), pero existen *"círculos académicos que afirman que el Zóhar fue escrito en el siglo XI por el cabalista Rabí Moshe de León"* (kabbalah.info, s.f.), pero Rabí Moshe decía que quien lo escribío fue Rabí Shimon bar Yojai.

Es interesante como los cabalistas ya tenían una comprensión avanzada de la forma en que funcionaba el mundo para su época. A través de estos versículos del Zóhar se demuestra que la idea de que la Tierra es una esfera y que gira alrededor del sol no es algo nuevo, sino que ha sido comprendida por algunos desde hace mucho tiempo, lo sabían antes de que Américo Vespucio le quitara el crédito a Cristóbal Colón, podría la humanidad haber logrado un desarrollo en áreas como la astronomía, la física y la matemática, lo que habría tenido un impacto significativo en el avance científico y tecnológico de la humanidad, imagina los avances que tendríamos ahora o todo lo contrario como veremos en la parte 7 de este texto.

En la actualidad este conocimiento ha ido evolucionando conforme tenemos más información, por ejemplo aunque historia popular atribuye a Cristóbal Colón el título de descubridor de América en 1492, la verdad va más allá de esta narrativa. Antes de Colón, el continente ya albergaba a sus primeros habitantes desde hace miles de años, migrando desde Asia a través del Estrecho de Bering.

Pero la historia de los descubrimientos no se detiene aquí. Se ha especulado que los vikingos, bajo el liderazgo de Leif Erikson, podrían haber llegado a América unos 500 años antes que Colón. Las huellas históricas sugieren que en el año 1000, Erikson zarpó con un grupo de exploradores nórdicos, estableciéndose en el Nuevo Mundo. El antiguo asentamiento de L'Anse Aux Meadows en Terranova, Canadá, reveló similitudes sorprendentes con los diseños vikingos, desafiando las ideas convencionales.

En realidad el hombre descubrió América mucho antes (Ayala, 2021), un fascinante hallazgo en el White Sands National Park reveló huellas humanas que datan de hace 23,000 años, desafiando las creencias previas y sugiriendo una llegada aún más temprana de la humanidad al continente. Este registro, en un antiguo pantano de Nuevo México, se erige como la evidencia más antigua de presencia humana en América.

Estos descubrimientos nos llevan a reconsiderar la narrativa tradicional y explorar la rica y compleja historia de América. La verdad se revela en huellas antiguas y asentamientos vikingos, desdibujando las líneas de quién merece el título de descubridor.

Es cierto que el poder en la antigüedad se utilizaba para reprimir ideas y pensamientos considerados peligrosos o subversivos. Un ejemplo la Iglesia Católica con la inquisición, pero por parte de la sociedad misma hubo la falta de interés en la ciencia y la cultura también debido a la inestabilidad política y social de la época, con guerras, conflictos y enfermedades que asolaron gran parte de Europa y ni que decir de las primeras guerras bacteriológicas por lanzamiento de cadáveres infectados de peste (García Luaces, 2017). Como resultado, muchas personas se enfocaron en sobrevivir día a día en lugar de en el conocimiento y la creatividad.

Es triste pensar que la humanidad ha perdido mucho conocimiento valioso a lo largo de su historia debido a la falta de interés y apreciación, guerras y conflictos, y la falta de tecnología adecuada para registrar y preservar información. Pero aunque puede parecer desalentador, no debemos rendirnos. Debemos seguir trabajando duro para valorar y preservar el conocimiento, para que podamos aprender de nuestros errores y avanzar hacia un futuro mejor. ¡Nunca es tarde para aprender algo nuevo y emocionante! Debemos mantener nuestra curiosidad y entusiasmo por el aprendizaje y hacer todo lo posible para proteger el conocimiento para las generaciones futuras. ¡Así podemos crear un futuro brillante y lleno de posibilidades!

El Rabi Laibl Wolf lo ve de la siguiente manera (Wolf, s.f.), lo describe como cuando en su niñez, con una lámpara de mesa, con su fascinante cilindro de vidrio y gotas de aceite danzantes, le servían como portal a las reflexiones profundas y a la comprensión cabalística de la realidad. Este recuerdo, como las corrientes primordiales de creación conocidas como Sefiroth en la Cabalá, revela una verdad fundamental: nada en el universo permanece estático. La materia, las ondas, la mente y la emoción se entrelazan en un constante flujo de actividad, una danza cósmica de conexión.

La esquizofrenia de la creación se despliega en la dualidad de materia y ondas. Desde el gato de Schrödinger hasta el principio de incertidumbre de Heisenberg, la realidad juega con nosotros, invitándonos a aceptar la incertidumbre inherente. La Cabalá enseña que mente y materia están intrínsecamente conectadas, una revelación que resuena en pensadores y científicos contemporáneos como Thomas Nagel quien *"propone que hay un denominador común entre Mente y Materia, algo más fundamental que ambos, y que explica la conectividad del fenómeno mental y físico"* (Wolf, s.f.).

La conexión íntima entre mente y materia se manifiesta en el asombroso fenómeno de la memoria. Aunque cada átomo en nuestro cuerpo cambie en ciclos de siete años, nuestras memorias persisten, desafiando la lógica materialista. La Cabalá, en su representación de las Sefiroth, ofrece una comprensión de esta conexión fundamental que subyace en la realidad de mente y materia.

El flujo del Árbol de la vida emerge como una guía para las relaciones exitosas. Este flujo implica una reorganización empática, donde nuestras palabras y acciones se convierten en expresiones de empatía y consideración. Fluir con el sendero de mayor conectividad se convierte en la clave para establecer terreno común, promoviendo cercanía y amor genuino.

Las palabras, como fotones emitidos, actúan tanto como partículas impactantes como ondas transformadoras. Este concepto se relaciona con la idea de que nuestras palabras no solo impactan sino que también crean ondas que alteran la realidad del otro. La conciencia de este poder nos otorga la responsabilidad de utilizar nuestras palabras como vehículos de transformación positiva.

El cambio resultante, ya sea positivo o negativo, depende de la naturaleza de la pantalla de detección del receptor. Entrenarse en la maestría propia significa asegurar que nuestras palabras se conviertan en ondas que permean nuestro entorno, promoviendo la mutualidad, la amistad y la restauración de la tranquilidad en las relaciones.

La Cabalá, con su visión de las Sefiroth y el flujo sefirótico de Jésed, ofrece un marco conceptual para comprender la conexión intrínseca entre mente, materia y relaciones humanas. Este conocimiento, arraigado en la espiritualidad y la filosofía cabalística, nos invita a fluir con la corriente de mayor conectividad, transformando nuestras palabras en ondas de cambio positivo en el tejido mismo de la realidad relacional. Este es el poder que todos poseemos, una lámpara creativa que puede iluminar y calentar los espacios más oscuros de nuestras interacciones.

Podemos aprender mucho de los textos antiguos por ejemplo me gusta esta frase del Talmud (masuah.org, s.f.) (cabalaparatodos.com, s.f.)

“¿Quién es sabio? El que aprende de todas las personas …
“¿Quién es poderoso? El que subyuga la inclinación al mal …
“¿Quién es rico? El que se regocija en su porción …
“¿A quién se honra? El que honra a otros seres humanos … ”
El Talmud – Avot -Ben Zoma

En el párrafo anterior puedes ver como la sabiduría, el poder, la riqueza y la honra, conceptos que han cautivado las mentes y corazones a lo largo de la historia, se encuentran magistralmente condensados en una serie de preguntas simples que invitan a la reflexión profunda. La sabiduría no solo reside en el conocimiento adquirido, sino en la capacidad de aprender de todas las personas. Este principio implica la humildad de reconocer que cada individuo, sin importar su posición o experiencia, posee una riqueza única de conocimiento y perspectiva. El sabio, por lo tanto, se convierte en un eterno estudiante, extrayendo enseñanzas valiosas de cada encuentro y experiencia.



La verdadera medida del poder, según la sabiduría que se desliza entre estas palabras, no radica en la dominación de otros, sino en la conquista de la inclinación al mal. Aquí, el poder se redefine como una fuerza interna que triunfa sobre las sombras de la propia naturaleza humana. Aquel que subyuga sus impulsos negativos, canalizándolos hacia el bien, demuestra una fortaleza que va más allá de la mera influencia sobre los demás. Es un poder que emerge de la autoconciencia y la autodisciplina.

En lugar de centrarse en teorías de conspiración o la dicotomía entre el bien y el mal, Mario Saban (Terol & Sabán, 2023) aboga por extraer lecciones significativas de las experiencias de vida, tanto a nivel personal como colectivo.

Mario Saban (Terol & Sabán, 2023) plantea la idea de que el Mesías está dentro de cada individuo. Esta noción desafía la creencia tradicional de que la salvación proviene de una figura externa y subraya la importancia de buscar la verdad y el significado dentro de uno mismo. Citando el Evangelio de Lucas, destaca la enseñanza de Jesús de que el reino está dentro de cada individuo, lo que sugiere que la verdadera iluminación proviene de la autoconciencia y la conexión espiritual interna.

Además, se plantea la idea de que la dependencia excesiva de un maestro o figura de autoridad puede ser perjudicial para el desarrollo espiritual. Argumenta en contra de la idolatría y aboga por una mentalidad abierta que permita aprender de múltiples fuentes y maestros. Esta postura refleja un enfoque poliédrico hacia la búsqueda de la verdad y el crecimiento personal.

Analiza el contexto social contemporáneo, especialmente en relación con la pandemia y sus consecuencias. Se señala que la pandemia (COVID-19) ha llevado a una pausa forzada en la vida cotidiana, lo que ha dado lugar a una reflexión más profunda sobre la existencia y el propósito. Aunque algunos pueden ver este período como una oportunidad para el despertar espiritual, otros pueden interpretarlo como un síntoma de la falta de conciencia y conexión espiritual en la sociedad moderna.

Se plantea la pregunta de si la pandemia y otras crisis sociales son el resultado de fuerzas malignas o simplemente una manifestación de la complejidad y la dualidad del universo. Sabán sugiere que el bien y el mal son conceptos relativos y que incluso las experiencias negativas pueden conducir a un mayor crecimiento y desarrollo personal. Esta perspectiva desafía la noción convencional de que el mal es inherentemente negativo y subraya la importancia de buscar el aprendizaje y el significado en todas las experiencias de la vida.

En última instancia, Sabán aboga por un enfoque pragmático y optimista hacia la vida, en el que se busca el aprendizaje y el crecimiento en todas las circunstancias. Se argumenta que la verdadera sabiduría proviene de la autoconciencia y la conexión espiritual interna, y que cada individuo tiene el poder de encontrar su propio camino hacia la iluminación. Esta postura refleja un enfoque empoderador hacia la vida, en el que se reconoce la capacidad



de cada individuo para encontrar su propio camino hacia la verdad y la realización personal.

La riqueza, un concepto que a menudo se asocia con posesiones materiales, toma una nueva forma en esta reflexión. Ser verdaderamente rico, se sugiere, no está en acumular bienes materiales en exceso, sino en regocijarse en la porción que uno tiene. Esta filosofía abraza la gratitud y la satisfacción con lo que se tiene, invitando a cada individuo a encontrar la plenitud en su propia medida de abundancia. La verdadera riqueza, por lo tanto, se descubre en la apreciación de lo que ya se posee.

La última pregunta sobre quién se honra revela una perspectiva sorprendentemente altruista. La honra no se reserva para aquellos que acumulan títulos, riquezas o poder, sino para aquellos que, en su humildad, honran a otros seres humanos. Aquí, la verdadera grandeza se encuentra en el reconocimiento y el respeto por la humanidad que comparte este viaje. Honrar a otros implica una conexión más profunda con la humanidad, donde cada individuo es visto como un portador de dignidad y valor.

Estas reflexiones ofrecen una visión transformadora de la sabiduría, el poder, la riqueza y la honra. Van más allá de las definiciones convencionales, desafiando la percepción común de estos conceptos. Nos instan a cuestionar no solo lo que perseguimos en la vida, sino cómo lo perseguimos. La verdadera riqueza se encuentra en aprender de todos, el verdadero poder en la conquista de la inclinación al mal, la verdadera sabiduría en regocijarse en la porción propia, y la verdadera honra en honrar a los demás. En estas preguntas y respuestas yace un mapa para una vida plena y significativa, guiándonos hacia un entendimiento más profundo de nosotros mismos y de nuestros compañeros de viaje en este vasto y enigmático universo.

Nuestras vidas pueden cambiar de acuerdo a lo que realmente deseamos, pero esa transformación no llega por sí sola, uno tiene que trabajar arduamente, como menciona el siguiente fragmento (cabalaparatodos.com, s.f.):

"La realidad se parece a un espejo. Cada acción que realizamos, cada emoción que mostramos y cada palabra que hablamos se refleja en nuestras vidas en igual medida".
El Zohar – Shemot

La metáfora del párrafo anterior del Zóhar sobre el espejo, reflejando cada acción, emoción y palabra, ofrece una perspectiva profunda sobre la naturaleza interconectada de nuestras vidas y la realidad que creamos. Esta afirmación invita a contemplar la idea de que la realidad no es un ente externo, sino un reflejo íntimo y constante de nuestras elecciones y expresiones.

La vida, según esta metáfora, se asemeja a un espejo que no juzga ni distorsiona, sino que simplemente refleja con fidelidad lo que proyectamos en él. Cada acción, pequeña o grande, se convierte en un píxel de nuestro reflejo, contribuyendo a la imagen total de



nuestra realidad. La metáfora nos desafía a ser conscientes de que nuestras elecciones, por más imperceptibles que parezcan, tienen un impacto directo en la imagen que se materializa en este espejo de la vida.

Las emociones, como colores que pintan el lienzo de nuestro ser, también se reflejan en este espejo. La alegría, la tristeza, la ira y la serenidad se manifiestan en cada rincón de nuestra existencia. Cada expresión emocional, ya sea compartida con el mundo o guardada en la privacidad del ser, deja su huella en el reflejo. Este espejo de la realidad nos recuerda que nuestras emociones no son efímeras; son parte integral de la trama que tejemos con cada latido del corazón.

Las palabras, quizás las herramientas más poderosas de todas, también se proyectan en este espejo con una claridad impactante. Cada palabra hablada o escrita crea ondas en la superficie de nuestra realidad, resonando en cada rincón de nuestra existencia. La metáfora nos conduce a reconocer el poder de las palabras para construir o destruir, para iluminar o ensombrecer. Cada sílaba se convierte en un ladrillo en la arquitectura de nuestro reflejo.

La pregunta que surge de esta reflexión es: ¿cómo queremos que sea nuestro reflejo en el espejo de la realidad? La consciencia de que nuestras acciones, emociones y palabras contribuyen a este reflejo nos coloca en el centro de la responsabilidad de nuestra propia creación. Somos los artistas de nuestra realidad, los escultores de nuestro destino.

Esta metáfora también invita a la autoexploración y al cultivo de la autenticidad. ¿Estamos proyectando la imagen que deseamos ver reflejada? ¿O nos perdemos en máscaras y pretensiones que distorsionan la verdad de nuestro ser?

El espejo de la realidad nos confronta con la íntima conexión entre nuestras elecciones y la vida que experimentamos. Cada acción, emoción y palabra contribuye a la obra maestra que se revela en este espejo. Somos los arquitectos y artistas de nuestra propia realidad, y en la consciencia de esta verdad radica el poder de dar forma a un reflejo que verdaderamente refleje la autenticidad y la plenitud de nuestro ser. La realidad, como el espejo, aguarda nuestra participación consciente y reflexiva para revelar la imagen más auténtica de nosotros mismos.

Otro de los objetivos de la Kabbalah es el propósito de la reparación del mundo, esto es que nosotros a partir de ganar luz en nuestra alma, a su vez estamos ayudando a otros llenar su vasija y de esta manera ayudamos a reducir el odio, caos, la guerra, sufrimiento y todo lo malo que hay en este mundo, porque combatir el fuego con fuego es avivar las llamas, que nos dice el Zóhar al respecto:

““Cada vez que resistimos un impulso reactivo, un poderoso latido del corazón impulsa la Luz a través de las arterias espirituales que interconectan a todas las naciones. La Luz que se genera se convierte en la” sangre “que nutre el cuerpo, el alma y todas las naciones del mundo. ”



El Zóhar"

El Tikkun Olam se erige como una guía espiritual que trasciende las barreras de la individualidad para abrazar la totalidad del mundo. La frase anterior del Zóhar (por cierto significa esplendor), revela una visión profunda sobre el impacto cósmico de nuestras elecciones individuales en la red interconectada de la existencia.

El Tikkun Olam, traducido como la "reparación del mundo", se convierte en un llamado a la acción y una filosofía que trasciende las fronteras de creencias y culturas. Esta enseñanza sostiene que cada acto de bondad, cada gesto de compasión, constituye un paso hacia la sanación del tejido cósmico. En el acto de resistir impulsos reactivos, según el Zóhar, se genera una Luz que fluye a través de las arterias espirituales, conectando a todas las naciones y nutriendo el alma colectiva del mundo.

La metáfora del "latido del corazón" impulsa nuestra comprensión hacia una dimensión más profunda. Cada elección consciente de resistir impulsos negativos se convierte en un pulso que resuena en la red universal de la humanidad. En este latido, descubrimos la responsabilidad compartida de co-crear un flujo de energía positiva que nutre el cuerpo, el alma y todas las naciones del mundo. La Luz generada se convierte en la "sangre" que fluye, llevando consigo la vitalidad espiritual que conecta a los seres humanos en un tejido de comprensión y amor.

La resonancia de esta enseñanza se amplifica cuando consideramos la interconexión inherente a la condición humana. Cada elección individual reverbera a través de la red espiritual, afectando no solo al individuo, sino también a la totalidad de la humanidad. El Zóhar nos invita a contemplar el impacto acumulativo de nuestras acciones, destacando la importancia de cada gesto como un catalizador para el cambio cósmico.

En el Tikkun Olam, la sanación del mundo se convierte en una misión colectiva, donde cada individuo es un agente de transformación. La Luz generada por la resistencia a los impulsos reactivos se convierte en un nutriente espiritual que alimenta la conciencia colectiva. Es un recordatorio de que nuestras elecciones individuales no solo definen nuestro propio camino, sino que contribuyen al camino compartido de toda la humanidad.

La conexión entre el Tikkun Olam y el Zohar revela una sabiduría antigua que resuena con relevancia atemporal. Cada acto de resistencia a impulsos negativos se convierte en un latido que impulsa la Luz a través de las arterias espirituales del mundo. En este proceso, participamos en la creación de una red de sanación cósmica, donde la Luz fluye como la sangre que nutre el cuerpo colectivo de la humanidad. El Tikkun Olam se revela como un viaje sagrado hacia la restauración de la armonía, donde cada individuo es un hacedor de paz, un portador de luz y un tejedor de la unidad que abraza a todas las naciones del mundo.

¿Te habías imaginado que está sabiduría antigua puede ayudarnos a todos buscar y encontrar el máximo potencial de cada uno de nosotros? Este conocimiento está en la Kabbalah y significa "recibir". La pregunta importante es ¿Qué es lo que recibimos? Es muy sencillo ¡Alegría y plenitud! La Kabbalah nos enseña que todos tenemos un propósito en la vida y que podemos encontrarlo y vivir con felicidad y significado. Además, nos dice que todo en la vida tiene una razón y un propósito, incluso tú. La Kabbalah también nos da la oportunidad de aprender y experimentar nuevas cosas para transformar nuestras vidas. ¿No es emocionante? Al hacerlo, podemos compartir nuestra luz con los demás y ser una influencia positiva en el mundo. ¡Imagina cómo puede cambiar el mundo si todos hacemos esto! No importa si es con otro tipo de conocimientos que no sean la Kabbalah. Y lo mejor es que podemos hacerlo juntos, sin importar nuestras creencias o de dónde venimos, respetándonos y amando a todos los seres humanos, esto puede ser posible ¿Te animas a aprender más sobre la Kabbalah? ¡Seguro que te sorprenderá todo lo que puedes descubrir!
¿Cómo la kabbalah puede ayudar a mejorar aspectos de nuestra vida?

Te comparto una frase de mi maestro Kabbalah:

"*elimina tu ego para alcanzar tu máximo potencial*"

Esta frase encierra una profunda verdad filosófica y psicológica. Aquí hay algunas interpretaciones y reflexiones sobre lo que esta frase podría comunicar:

La eliminación del ego sugiere liberarse de la autoimportancia excesiva. El ego, en este contexto, se refiere a la identificación excesiva con uno mismo y a la tendencia a ver el mundo desde una perspectiva centrada en el yo. Al renunciar a esta autoimportancia, se permite espacio para una comprensión más amplia y empática de la realidad.

Al eliminar el ego, se facilita la apertura a nuevas ideas y experiencias. El ego a menudo actúa como un filtro que distorsiona la percepción y limita la disposición para aprender y crecer. Al liberarse de esta barrera autoimpuesta, se puede acceder a un mayor potencial de aprendizaje y desarrollo personal.

Un ego inflado puede obstaculizar las relaciones interpersonales y la colaboración. Al eliminar el ego, se fomenta la colaboración, la empatía y la construcción de relaciones más saludables. La capacidad de ponerse en el lugar de los demás y trabajar juntos hacia metas comunes se ve favorecida cuando el ego no está en primer plano.

La eliminación del ego está asociada con un enfoque en el crecimiento personal. Al despojarse de la necesidad de validación externa constante y la protección del "yo", se puede dirigir la energía hacia el desarrollo de habilidades, la superación de desafíos y la consecución de metas personales y profesionales.



Es un llamado a la humildad y a la aceptación de que siempre hay espacio para mejorar. La eliminación del ego implica reconocer que todos somos aprendices en la vastedad del conocimiento y la experiencia, y que cada encuentro y situación puede ser una oportunidad para crecer.

Eliminar el ego implica liberarse de la necesidad constante de validación y aprobación externa. Al vivir más auténticamente y en congruencia con los propios valores, uno puede alcanzar su máximo potencial sin estar atado a las expectativas externas.

La eliminación del ego no implica una pérdida de identidad, sino más bien un desapego de las barreras que limitan el crecimiento y la conexión con los demás. Al liberarse de la autoimportancia, se abre el camino para alcanzar el máximo potencial personal y contribuir de manera más significativa al mundo que nos rodea.

En el inabarcable mar de información que nos rodea, resuena una advertencia que resplandece como faro en la oscuridad, no creas ni una sola palabra de lo que leas, veas y escuches siempre ve más allá en búsqueda del verdadero significado. Este llamado enérgico es una brújula esencial para aquellos valientes navegantes que se aventuran en la búsqueda incansable de la verdad, una verdad que se oculta entre las ondas tumultuosas de percepciones sesgadas. Las lecciones aprendidas, más que simples dogmas, son tesoros que deben resistir el embate de la experiencia y la reflexión, forjándose en la fragua de la sabiduría.

En este épico viaje hacia la comprensión, se despliega ante nosotros la dualidad colosal de dos realidades que parecen chocar como titanes en un campo de batalla cósmico: el Mundo de Oscuridad del 1 Por Ciento y el Reino de la Luz del 99 Por Ciento. Estas no son meras estadísticas, sino metáforas gigantes que trazan las líneas de batalla en las que se enfrentan las sombras y la iluminación en la narrativa de nuestra existencia.

El corazón humano late al ritmo de un deseo ardiente, un anhelo que resuena más allá de las cadenas de las complejidades terrenales: la búsqueda incesante de la Luz espiritual. En medio de los giros y vueltas de la vida, descubrimos que nuestra verdadera aspiración yace en alcanzar la luminosidad que trasciende las limitaciones del materialismo, una llama interior que destella con el fulgor de lo divino.

En este grandioso escenario, se nos revela el propósito supremo de nuestra existencia: la transformación espiritual. Es un viaje épico que nos impulsa desde seres reactivos, víctimas de las circunstancias, hasta convertirnos en proactivos arquitectos de nuestro destino. Este proceso, más que una simple metamorfosis, es la revelación de la esencia misma de nuestro ser, una conexión trascendental con el reino del 99% en el apogeo glorioso de nuestra transformación.

En el núcleo de este viaje, la responsabilidad personal surge como una espada invencible. "Nunca - y eso significa nunca - culpes a otras personas o sucesos externos". La resistencia



a los impulsos reactivos se erige como la forja que da forma a una Luz duradera, una llama que no se consume en la efímera chispa de la reactividad, sino que brilla con la intensidad de una estrella, dejando atrás una estela de oscuridad vencida.

Los obstáculos, en lugar de ser muros infranqueables, se presentan como oportunidades magníficas para conectarnos con la Luz. Aquí, resonando con la antigua sabiduría, se nos susurra al alma, cuanto mayor sea el obstáculo, mayor es la Luz potencial. En los momentos en que los desafíos amenazan con ser abrumadores, se nos insta a inyectar certeza, a recordar que, incluso en las sombras más densas, la Luz permanece siempre, aguardando ser descubierta.

En los recovecos de la introspección, se revela una verdad que resuena como un eco profundo: los rasgos negativos que detectamos en los demás son meros reflejos de nuestras propias sombras. La transformación personal se erige como el catalizador que despierta la visión para presenciar cambios en el mundo que nos rodea, recordándonos la máxima universal ama a tu prójimo como a ti mismo.

En última instancia, este épico viaje hacia la Luz espiritual nos convoca a desafiar las dualidades de nuestra existencia, a someter nuestras creencias al crisol de la experiencia y, sobre todo, a abrazar la responsabilidad personal como el timón que guía nuestro rumbo. La transformación, cual hazaña heroica, se revela como el puente que nos lleva al reino del 99%, donde la Luz no solo trasciende la oscuridad, sino que se convierte en la llama que ilumina apasionadamente nuestro camino, tejiendo un tapiz de amor que abraza a todos los seres en su resplandor.

La Ciencia y la Kabbalah

Es importante recordar que el conocimiento científico y la comprensión del mundo han evolucionado a lo largo del tiempo, y que lo que se considera verdadero en un momento dado puede ser reevaluado y revisado a medida que se descubre más información. Por lo tanto, es importante mantener una mente abierta y estar dispuesto a aprender y adaptarse a medida que se adquiere nueva información y se hace nueva investigación.

El método científico es un enfoque sistemático utilizado por los científicos para investigar fenómenos naturales, formular preguntas, desarrollar hipótesis, realizar experimentos y analizar datos. Aunque los pasos específicos pueden variar según la disciplina científica, aquí hay una descripción general de los pasos comunes del método científico:

1. **Observación:**
    - Observa y registra fenómenos en el mundo natural.
    - Identifica patrones, anomalías o preguntas que puedan ser el punto de partida para la investigación.
2. **Pregunta:**
    - Formula una pregunta clara y específica basada en la observación.



- Asegúrate de que la pregunta sea comprobable y tenga relevancia científica.

3. **Revisión de Literatura:**
    - Investiga y revisa la literatura científica existente relacionada con tu pregunta.
    - Familiarízate con los estudios previos y las teorías pertinentes.
4. **Hipótesis:**
    - Proporciona una explicación tentativa o predicción que responda a la pregunta formulada.
    - La hipótesis debe ser verificable y estar respaldada por la lógica y la evidencia existente.
5. **Diseño Experimental:**
    - Planifica y diseña un experimento para probar la hipótesis.
    - Especifica variables independientes y dependientes, así como cualquier control experimental necesario.
6. **Recopilación de Datos:**
    - Realiza el experimento y recopila datos de manera sistemática y precisa.
    - Utiliza herramientas de medición y métodos estandarizados.
7. **Análisis de Datos:**
    - Examina y analiza los datos recopilados.
    - Identifica patrones, tendencias o relaciones significativas.
8. **Conclusiones:**
    - Llega a conclusiones basadas en los resultados del análisis de datos.
    - Evalúa si los resultados respaldan o refutan la hipótesis.
9. **Comunicación:**
    - Presenta los resultados y conclusiones de manera clara y objetiva.
    - Comunica los hallazgos a través de informes, presentaciones u otros medios.
10. **Revisión por Pares y Repetición:**
    - Somete los resultados a revisión por pares a través de la publicación en revistas científicas.
    - Repite el proceso, ajustando la hipótesis y el diseño experimental según sea necesario.

Es importante destacar que el método científico es un proceso dinámico y continuo. Los científicos pueden volver a través de los pasos, modificar sus hipótesis y experimentos, y continuar refinando su comprensión a medida que obtienen más información y realizan nuevas investigaciones.

Esto me lleva a recapacitar si el pensamiento cabalista es similar al científico:

En primer lugar, tanto el pensamiento científico como el cabalista se basan en la observación y el análisis riguroso de la realidad. En el pensamiento científico, la observación empírica y la experimentación son fundamentales para llegar a conclusiones y

formular teorías a través de método científico (www.lifeder.com). En la Kabbalah, la meditación y la introspección son herramientas para profundizar en la comprensión del universo y la conexión con la divinidad, en este aspecto son diferentes.

En segundo lugar, tanto el pensamiento científico como el cabalista buscan comprender la realidad en profundidad y descubrir patrones y leyes subyacentes.
Ambas formas de pensamiento buscan la verdad y la comprensión profunda de la realidad. Aunque el enfoque y el contexto son diferentes, tanto el pensamiento científico como el cabalista buscan descubrir verdades profundas sobre el universo y nuestra existencia.

Un ejemplo para de lo anterior es equiparar lo siguiente, la Kabbalah nos dice que el universo está conformado de luz infinita, está luz infinita es incomprendida por la mente humana y es más allá de nuestra comprensión y percepción directa. Sin embargo, se puede experimentar indirectamente a través de la conexión con la espiritualidad y la búsqueda de la verdad (galeinai.org).

Según la Kabbalah, la luz infinita de D-os se experimenta en momentos especiales y a través de ciertos procesos espirituales. Aquí hay algunas perspectivas de la Kabbalah sobre cuándo y cómo podemos sentir la luz infinita de Dios:

1. **Conexión Espiritual Profunda:** La Kabbalah enseña que la conexión espiritual profunda, a través de la meditación, la oración y la reflexión, puede abrir canales para experimentar la luz divina. Estos momentos de profunda conexión con lo divino pueden permitir que la luz infinita de D-os ilumine el alma.
2. **Actos de Bondad y Generosidad:** Practicar actos de bondad, generosidad y compasión se considera una forma de atraer la luz divina. Cuando actuamos de manera altruista, estamos permitiendo que la luz de D-os fluya a través de nosotros y hacia el mundo.
3. **Estudio de la Torá y la Sabiduría Espiritual:** La Kabbalah destaca la importancia del estudio de la Torá y la búsqueda de la sabiduría espiritual como un medio para acercarse a la luz divina. El aprendizaje continuo y la comprensión profunda de las enseñanzas sagradas son vistos como vías para abrir la mente y el corazón a la luz de D-os.
4. **Momentos de Reflexión y Silencio:** La Kabbalah enfatiza la importancia de los momentos de reflexión y silencio interior. En esos momentos de calma y quietud, se cree que es más probable que experimentemos la presencia y la luz de lo divino.
5. **Cumplimiento de los Mandamientos:** La observancia de los mandamientos y prácticas religiosas también se considera una forma de abrirse a la luz divina. A través de la obediencia y la devoción a los mandamientos, se busca establecer una conexión directa con D-os y permitir que Su luz fluya hacia nuestras vidas.

Es importante señalar que la Kabbalah a menudo aborda conceptos y experiencias espirituales en un nivel más profundo y simbólico. La comprensión y la interpretación de estos conceptos pueden variar entre diferentes enseñanzas y maestros de la Kabbalah.

Además, las experiencias espirituales son subjetivas y pueden ser interpretadas de diversas maneras por aquellos que buscan la conexión divina.

Para que tengas una idea de que es la luz infinita de D-os, lo tenemos que comparar con algo conocido, en este caso utilizare la gravedad, mientras luz infinita se manifiesta en bendiciones en una persona, la gravedad te mantiene con los pies pegados a la piso, de cierta manera análoga la podemos comparar un poco con gravedad, la sentimos pero realmente no podemos experimentarla directamente y comprenderla es más difícil, sigue siendo un eslabón perdido en la teoría de campos unificada, es una de las fuerzas fundamentales de la naturaleza, pero es una de las más difíciles de comprender y explicar a nivel teórico. Aunque podemos sentir los efectos de la gravedad en nuestras vidas cotidianas, como la caída de los objetos o la atracción que sentimos hacia la Tierra, no podemos experimentarla directamente de la misma manera que podemos experimentar otras fuerzas como el electromagnetismo o la fuerza nuclear, no sabemos bien todavía que es, pero si cómo se comporta y sus efectos.

A diferencia de otras fuerzas, la gravedad es una fuerza de atracción que se produce a largas distancias y no parece estar relacionada con ninguna partícula mediadora. Esta partícula algunos la han llamado gravitón y esto significaría que cuando tú eres atraído por la tierra estarías intercambiando gravitones con la tierra, por eso pesas (Rago, 2018).

Para explicar la gravedad a nivel teórico, la física moderna propone la teoría de la relatividad general de Einstein, que describe la gravedad como una curvatura del espacio-tiempo causada por la presencia de masa y energía. Esta teoría ha sido comprobada experimentalmente en muchas ocasiones, pero todavía queda mucho por descubrir para lograr una teoría de campos unificada que incluya la gravedad junto con las otras fuerzas fundamentales. La Gravedad a pesar de ser más débil que otras fuerzas, es importante en escalas macroscópicas, sin embargo, existe la necesidad de una versión cuántica de la gravedad para explicar fenómenos como las singularidades en agujeros negros o el Big Bang, pero los intentos de cuantizarla han sido difíciles. Se sugiere que la gravitación debe ser mediada por una partícula llamada gravitón, que debe tener una masa de cero, no tener carga eléctrica y un spin igual a 2. Las detecciones de ondas gravitacionales muestran que los gravitones viajan a la velocidad de la luz. (Rago, 2018).

La gravedad es una fuerza increíblemente poderosa que mantiene los planetas orbitando alrededor del sol y nos mantiene pegados al suelo. Pero, ¿sabías que a nivel teórico la gravedad es aún más compleja de lo que pensábamos? Es tan difícil de entender que incluso los científicos necesitan herramientas muy avanzadas para detectar el hipotético "gravitón".

El gravitón es una partícula elemental hipotética que se cree que es la partícula mediadora de la fuerza gravitatoria. Pero encontrar evidencia de su existencia es una tarea muy difícil, porque a diferencia de otras partículas, los gravitones son extremadamente débiles y es difícil detectarlos con los instrumentos actuales.



Afortunadamente, los científicos han desarrollado detectores de ondas gravitatorias que son capaces de detectar las ondas que produce la gravedad. ¡Es como si la gravedad hablara un idioma secreto que solo estos detectores pueden entender! Con estos instrumentos avanzados, los científicos pueden estudiar más a fondo la complejidad de la gravedad y tal vez, algún día, descubrir la existencia de los gravitones.

La gravedad y la luz infinita son dos cosas distintas, pero lo que tienen común es que no sabemos realmente que son, la Kabbalah habla sobre la luz infinita de D-os como una fuerza que no podemos ver pero que está en todas partes al igual que la gravedad. Esta luz divina es tan importante que es la fuerza que da vida y sustento a todo en el universo, ¡qué increíble!

La Kabbalah nos enseña que todo en el universo está interconectado y que la luz infinita de D-os es la fuerza que mantiene todo unido. Es como si fuera una red invisible que conecta todo en el universo, desde las estrellas y los planetas hasta los seres humanos y los animales. ¡Es impresionante cómo todo está conectado!

La luz infinita de D-os es como una fuerza fundamental en el universo que actúa en todo y no necesita de ninguna partícula para mediarla. Es una idea emocionante que nos ayuda a entender mejor nuestro lugar en el universo y cómo todo está interconectado de manera coherente y armoniosa.

Siempre descubrimos cosas nuevas tal vez algún día encontremos el gravitón, los científicos descubren siempre nuevas partículas como el excitón, que es una partícula muy pequeña que se forma en ciertos materiales cuando un fotón (una partícula de luz) excita un electrón y lo hace saltar de su lugar. Este electrón deja un "hueco" en su lugar y el hueco y el electrón se unen para formar el excitón. Esto sucede en materiales como los semiconductores y los aislantes. El excitón es muy parecido a un átomo de hidrógeno, pero su energía es menor y su tamaño es mayor debido a las características del material (wikipedia, 2020). Los científicos también han descubierto otra partícula llamada π-ton, que es similar al excitón y que se comporta como si fuera una sola partícula, a pesar de estar formada por muchas partículas (muy interesante, 2020). Es como si el π-ton cambiara de color de blanco al negro en un tablero de ajedrez cada vez que pasa de un lugar a otro. Está conformada por dos electrones y dos agujeros en un cristal de átomos, los cuales se mantienen unidos gracias a las fluctuaciones de carga o rotación. ¡Es muy emocionante que los científicos descubran cosas nuevas sobre las partículas! Ambas cuasipartículas son inquietantes porque juegan un papel importante en la determinación de las propiedades de la materia y pueden ayudarnos a entender mejor el comportamiento de los sólidos y semiconductores.

Por cierto los científicos son muy creativos para los nombres, la partícula π-ton se llama así por π-tonelada, pi es el símbolo griego π, y el excitón por el proceso mediante el cual un fotón excita a un electrón en un sólido para permitirle saltar de su estado fundamental a



un estado de energía más alto. No es porque el excitón sea tan emocionante como un electrón, o el π-ton por estrujar a otras partículas, los átomos se enlazan pero no estrangulan, por cierto el π-ton no es un átomo. Solo bromeo para no aburrirte.

Si has llegado hasta aquí, espero haberte hecho reír y me da gusto, de esta manera sabes que si estas prestando atención al texto y te interesa mucho.

Aquí te dejo otro mal chiste: ¿Por qué la gravedad es la mejor amiga de los comediantes?

Porque siempre te hace caer para atrás con risa.

Regresando a la luz infinita se considera una fuerza divina con la que no podemos experimentar e interactuar directamente, la fuente de todas las almas “todas las almas, pasadas y presentes” (www.kabbalah.com), y se cree que todas las almas están conectadas entre sí y con la fuente divina a través de esta luz infinita. La meta final es llegar a la conexión con la luz infinita a través de la práctica espiritual y la comprensión de la verdadera naturaleza de la realidad.

Si imaginamos que la "luz infinita" o "Or Ein Sof" en la Cábala se pudiera equiparar a una partícula en el contexto de la física, estaríamos en el ámbito de la metáfora o la analogía, ya que la descripción de la luz infinita en términos físicos es un ejercicio especulativo y simbólico. Sin embargo, si nos aventuramos en esta analogía, podríamos atribuir algunas propiedades conceptualmente interesantes:

1. **Omnipresencia:** La luz infinita, podría ser ubicua, presente en todos los lugares al mismo tiempo, trascendiendo las limitaciones del espacio físico.
2. **Indivisibilidad:** Or Ein Sof es conceptualizado como infinito e indivisible. Siguiendo esta idea, la partícula metafórica podría tener propiedades que desafían la división o fragmentación, incluso en el nivel subatómico.
3. **Eternidad:** El Or Ein Sof es considerado eterno, más allá del tiempo. La partícula metafórica podría representar la idea de existir en una dimensión atemporal o más allá de los límites temporales convencionales.
4. **Potencial creativo:** Or Ein Sof es la fuente de toda creación en la Cábala. En esta analogía, la partícula podría representar un potencial creativo infinito, dando origen a todas las formas de materia y energía en el universo.
5. **Conexión espiritual:** Se asocia con la divinidad y la conexión espiritual. La partícula metafórica podría simbolizar una conexión fundamental entre toda la realidad, desde lo más microscópico hasta lo más macrocósmico.

Es esencial destacar que esta interpretación anterior es puramente especulativa y simbólica. Las analogías entre conceptos teológicos o espirituales y la física cuántica a menudo son tentadoras, pero es crucial reconocer que estas esferas de pensamiento operan en diferentes niveles de realidad y comprensión. Cada uno tiene su propio



conjunto de reglas y significados, y la aplicación de conceptos de un dominio al otro generalmente se realiza de manera abstracta y no literal.

¡Qué increíble! La luz que vemos en el día, como la del sol, es muy diferente a la "Luz Infinita" de la Kabbalah. La luz física es algo que podemos medir y observar con nuestros sentidos, pero la "Luz Infinita" es algo mucho más profunda y espiritual, que va más allá de lo que podemos ver o tocar. Nos habla de la conexión entre todo lo que existe en el universo y de la fuente de toda creación. Es emocionante pensar en todo lo que aún hay por descubrir en el universo y cómo podemos encontrar la verdad a través de la exploración tanto del mundo físico como del mundo espiritual.

La luz infinita

Imagina que el universo es como un enorme lienzo que se extiende por todos lados. Cuando decimos que el universo es isotrópico, significa que, sin importar hacia dónde mires en el cielo, todo parece bastante similar. Es como si estuvieras en el medio de un vasto océano de estrellas, y no importa qué dirección elijas, verás más o menos lo mismo. Es decir, no hay un lugar especial o una dirección especial en el espacio.

Ahora, hablemos de homogeneidad. Esto se refiere a que el universo es uniforme en todas partes. Piensa en un pastel recién horneado; si cortas una rebanada en cualquier lugar, esperarías que tenga más o menos el mismo sabor, ¿verdad? En el universo, esto significa que, sin importar en qué parte te encuentres, las cosas deberían ser bastante similares: las estrellas, las galaxias, todo.

Ahora, ¿por qué el universo es así? Piensa en cuando inflas un globo. Si imaginas que todas las estrellas, galaxias y cosas en el universo comenzaron desde un punto muy pequeño, como el centro de un globo, y luego el universo se infló, tiene sentido que todo termine siendo bastante uniforme e isotrópico.

Este proceso de inflado masivo es como el "Big Bang", un evento gigantesco que ocurrió al principio del universo. Durante ese momento, todas las cosas en el universo se esparcieron y se mezclaron de manera que, en última instancia, se obtuvo este gran lienzo cósmico uniforme.

Entender por qué el universo es isotrópico y homogéneo es como resolver un misterio cósmico. Nos da pistas sobre cómo comenzó todo y cómo evolucionó con el tiempo. Aunque todavía hay muchas preguntas por responder, esta idea nos ayuda a entender mejor el increíble espectáculo que es el universo que nos rodea.

¿Cómo la kabbalah entiende el Universo?

El proceso del Tzimtzum, según la teoría derivada de las enseñanzas de Isaac Luria, se puede dividir en varias etapas. Aquí están las etapas principales (wikipedia, 2023):

1. **Llenado inicial de D-os en todo el espacio:**
   - Antes de la creación del mundo, se describe que D-os llenaba todo el espacio. En este estado, no había espacio vacío ni restricciones.
2. **Retiro de la luz divina:**
   - Cuando D-os decide crear el mundo, retira su luz. Este retiro es el Tzimtzum, un acto de contracción divina para permitir la creación. La luz divina es retirada para crear un espacio vacío, un lugar para la creación.
3. **Tsitsumim (restricciones):**
   - La luz divina que se retiró experimenta restricciones, conocidas como Tsitsumim. Estas son restricciones graduales, disminuciones de la luz divina, adaptándola a la capacidad de recepción de los seres creados.
4. **Reshimu:**
   - El Reshimu es el residuo que queda de la luz infinita después de experimentar las restricciones. Este residuo vuelve a D-os mediante el tzimtzum.
5. **Envío del Kav:**
   - Dios envía un hilo de luz, conocido como Kav, al receptáculo (reshimu). Este Kav se desarrolla en diez círculos, y esta etapa se llama IGULIM (círculos). En este punto, se forma el mundo de los Igulim, también llamado el mundo del Tohu (Mundo Caótico).
6. **Shevirat Hakelim (rotura de los recipientes):**
   - Las luces divinas en los Igulim tienen una intensidad desmesurada en relación con la capacidad del Keli (recipiente). Esto lleva a una rotura de los receptáculos que no pueden contener la intensa luz, lo que se conoce como Shevirat Hakelim (rotura de los recipientes).
7. **Kav (rayo de luz divina):**
   - El Kav es el rayo de luz divina emanado de D-os en el vacío creado por el tzimtzum, con el punto del reshimu en su interior. Este rayo de la "mañana" revela la inmanencia de D-os en la creación.
8. **Avir (relleno del espacio vacío):**
   - Avir es un relleno del espacio vacío creado por el tzimtzum, permitiendo que la luz acceda a través del Kav. De Avir derivan los colores primordiales, que luego se reflejan en la creación.

Este proceso tiene que ver mucho como se originó la vida, en la kabbalah basado en la Torá es de la siguiente manera, inspirado en Berg Y. (2010) los siguientes incisos van relacionados con el dibujo despues de los siguiente incisos:

A. Hace 13,835 millones de años, solo existía la esencia divina, D-os, infinita y sin forma. D-os se expande y está formado por las diez Sefiroth, la base de todo. D-os es como un fractal infinito de luz que forma una figura circular, representándolo como inmenso y sin tiempo.

B. D-os crea un espacio vacío llamado "Tzim Tzum" dentro de sí mismo para permitir una creación separada. Este vacío es infinito, acercándote al borde, avanzas pero nunca lo tocas. D-os puede verte desde cualquier punto. Lanza un haz de luz de su emanación y construye el Universo que conocemos. La interacción de las Sefiroth crea el Universo y variedades de formas vivientes.

C. D-os crea a Adam Kadmon, un ser de luz divina que contiene todas las Sefiroth. Es el modelo para todas las criaturas y el primer paso en la creación del Universo. Cuando se dice que lo creo a su semejanza es literal, no tenía género. Adam Kadmon, siendo el primero, representa la vasija creada por D-os para compartir su luz. D-os llenó la vasija de ese ser con luz infinita. En hebreo, "Adam" significa hombre o tierra, y este ser es considerado el primer ser humano o el hombre primordial, abarcando todo el universo, D-os eligió la imagen del ser humano primordial el cual media tanto como el universo, media unos 500 años de marcha y era un arquetipo viviente divino un microcosmos (Alba, Universidad Complutense de Madrid. Fundación Juan March., 2018), era un arquetipo viviente divino que reflejaba la totalidad del universo y su evolución en el tiempo. Si queremos saber de que tamaño en literal tendríamos que saber cuanto es un año de marcha. Los velocistas de élite, como Usain Bolt, han logrado velocidades impresionantes durante distancias cortas, superando los 44 km/h (Pérez, 2024) en momentos pico de su carrera. Sin embargo, estas velocidades son excepcionales y están reservadas para atletas extremadamente talentosos y bien entrenados. Calculemos 500 años de marcha:

$$Distancia\ en\ 24\ horas\ velocidad\ constante\ un\ día = \frac{44km}{h} * 24h = 1{,}056\ km$$

$$Distancia\ recorrida\ en\ 365\ días = 1{,}056km * 365 = 385{,}440\ km$$

Distamcia recorrida en 500 años =385,440km*500=192,720,000km

Equivale a recorrer la circunferencia de la tierra=192,720,000km/40,075km=4809veces

El dimetro mayor de la vía láctea es de 1,702,700,000,000,000,000 km por lo tanto ante el universo aun Adam kadmon era muy pequeño. Ya que la vía láctea equivaldría:

$$\frac{1{,}702{,}700{,}000{,}000{,}000{,}000\text{km}}{385{,}440km} = 4{,}417{,}548{,}775{,}000\ veces\ la\ estatura\ de\ A. Kadmon$$

D. Un día, ese ser decidió partir y alejarse de la luz infinita para aprender del universo. Aunque D-os estaba renuente, le permitió partir a Adam Kadmon para que pudiera aprender a no dar por sentado todo lo que tenía. D-os aconsejó a su creación que evitara las indulgencias egoístas y no aceptara ningún placer temporal en sustitución de lo verdadero. Adam viaja en el infinito, maravillándose de la creación pero alejándose cada vez más de D-os.

E. La creación se vuelve más compleja, cada ser tiene su propósito. Adam encuentra el Jardín del Edén, maravilloso y placentero, y se queda allí. D-os quiere que vuelva a casa lo más pronto posible.



F. Pero algo sucedió después de que todo era perfecto para Adam. D-os crea a **Hasatan**, otro ser de diferentes características, casi sin luz, para hacer que Adam regrese. Algunos lo llaman Satán o Lucifer, otro ser o estado de conciencia.

G. D-os mando a Lucifer con Adam Kadmon para ponerlo a prueba sin que lo sepa. **Hasatan** llega al Edén, convence a Adam de comer un fruto prohibido, el cual nunca dicen que es, Adam se niega pero **Hasatan** le dice que si come el fruto sin ninguna clase de ego, no le va pasar nada. Adam se encontraba bien el Jardín del Edén, hasta que comenzó a evaluar la propuesta de **Hasatan**. Al principio, Adam Kadmon rechaza la fruta recordando que D-os le había pedido que no satisficiera ningún placer hasta que regresara a casa. Lucifer le dice que la fruta no es común y corriente, y que es una prueba que D-os envió para ayudarlo. Le explica que si come la fruta sin egoísmo, pasará la prueba y terminará su viaje. Entonces, Adam se enfoca en eliminar todo el deseo egoísta y finalmente muerde la fruta, sintiendo un placer indescriptible. Aquí es donde sucede el problema, el fruto que comió era la forma en que **Hasatan** podía entrar en su mente y unirse con él, con el propósito de funcionar como la energía de la oposición y el deseo de separarse de D-os. En ese momento, Satanás se aloja dentro de su conciencia y la invade como un virus, y éste no se da cuenta de lo que ha ocurrido, su ser se fragmenta y quebranta a cada segundo. A partir de ese momento, Satanás empieza a susurrar en Adam y éste entra en pánico. Su mente fue quebrantada por el ego. Adam comió el fruto, separándose de D-os y volviéndose egoísta. Surge el mal en el mundo y nos aleja de nuestro propósito original.

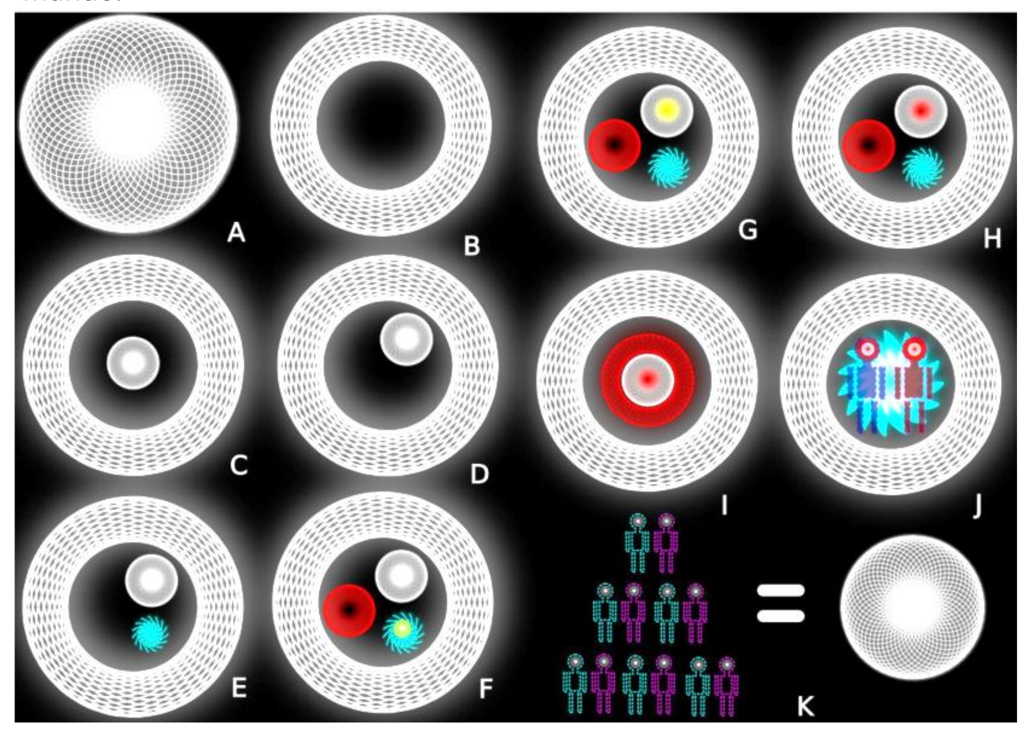
H. Adam conoce el **Hasatan** dentro de él, se siente mal, solo piensa en el placer y se vuelve un ser egoico. La tarea de Adam es superar el **Hasatan** y volver con D-os, trabajando en sus sefirot.

I. Adam queda atrapado en **Hasatan**, no puede liberarse. A través del trabajo espiritual, podemos liberarnos y conectarnos con D-os, pero el **Hasatan** de Adam Kadmon era demasiado grande.

J. El evento de Eva, o Java en hebreo que significa vida, implica la división de Adam Kadmon para crear seres humanos separados. El propósito de esta separación es que, trabajando juntos y superando el ego, los seres humanos aprendan en el mundo material y eventualmente regresen al mundo de la luz infinita. La idea es que al vencer el ego, practicar la bondad y el amor hacia los demás, los humanos pueden ser más parecidos al Creador. D-os crea un mundo

físico, divide a Adam en hombre y mujer para eliminar el ego. La humanidad debe traer la redención al mundo, elevándose a niveles más altos de conciencia. El proceso de fragmentación de Adam Kadmon dio lugar a la creación de seres humanos individuales, hombres y mujeres.

K. Con el tiempo, la tarea se divide más y más. D-os no pierde la esperanza de que Adam vuelva a casa completo. La tarea es continua y trae luz y bendición al mundo.



Nuestra misión es ser los herederos del Universo y su creación, pero debemos tener cuidado con **Hasatan**, tentándonos a alejarnos del camino correcto.

¿Qué sucede si no superamos a **Hasatan** y no nos conectamos con la luz divina? El futuro depende de nuestras decisiones y nuestro trabajo espiritual.

Si la humanidad no logra superar la influencia de **Hasatan** y no se conecta con la luz divina, ¿será el final del mundo tal como lo conocemos? ¿O habrá alguna otra forma en la que podamos redimirnos? Estas preguntas solo encontrarán respuestas a medida que avancemos en nuestro camino espiritual y trabajemos para alcanzar la unidad con D-os.

El futuro está en nuestras manos, y depende de nuestras decisiones para nuestro propio bienestar y el del mundo. A medida que avanzamos en este camino espiritual, debemos tener en cuenta que la presencia de **Hasatan** siempre estará presente, intentando alejarnos de nuestro propósito y desviarnos del camino correcto.

El Hasatan como puedes ver es muy diferente a la concepción que tenemos de Lucifer, el cual ha sido un tema de interés y debate durante siglos en la cultura occidental, especialmente en contextos religiosos. Sin embargo, un examen detenido de las fuentes originales revela una narrativa sorprendentemente distinta de lo que comúnmente se cree. A través de un análisis filológico y contextual, podemos desentrañar los orígenes y significados de la palabra Lucifer más allá de las interpretaciones convencionales (Yaacob & LicLevi, 2024).

En primer lugar, es crucial comprender que el término "Lucifer" no aparece tal cual en las escrituras hebreas originales. Su uso se deriva de traducciones posteriores, especialmente en la Vulgata Latina, donde se identifica con la estrella de la mañana o el planeta Venus. Sin embargo, esta identificación se basa en una interpretación particular de textos como el libro de Isaías, donde se hace referencia al "Lucero de la Mañana" en el contexto de una sátira dirigida al rey de Babilonia.

El análisis lingüístico revela que el término hebreo originalmente traducido como "Lucero de la Mañana" se refiere en realidad a figuras mitológicas mesopotámicas, como Sahar, el dios del amanecer. Este contexto cultural mesopotámico es crucial para comprender el significado original del pasaje y su intención de ridiculizar la pretensión del rey de Babilonia de igualarse a los dioses. Por ejemplo, "heilel" se traduce como "eosforo" en griego, un dios del amanecer adorado en Alejandría durante la dinastía tolemaica. Esta adaptación muestra cómo las creencias y mitologías locales influyeron en la interpretación de textos antiguos.

¡Cómo caíste del cielo, oh ***Lucero*** (*heilel, הֵילֵל*)*, hijo de la mañana! Cortado fuiste por tierra, tú que debilitabas a las naciones. (Isaías 14:12)* (Tzvi ben Daniel, 2019)

Además, la traducción al griego del el término "Eosforo", vinculándolo con la mitología griega y alejándose aún más de su contexto original. La influencia de la cultura helenística en la interpretación del texto bíblico es evidente, especialmente en la era tolemaica en Alejandría, donde Eosforo era adorado como una deidad.

Eósforo, también conocido como Fósforo, es una figura de la mitología griega que representa la personificación del planeta Venus en su aparición como "la estrella de la mañana" o "Lucero del Alba". En la mitología griega, Eósforo es el hijo de los titanes Astreo y Eos, la diosa del amanecer. Se le describe como un hermoso joven con alas, que precede al amanecer anunciando la llegada del sol. Eósforo es equivalente al Lucifer romano y al Sahar mesopotámico, y su aparición en la mitología griega refleja la antigua observación astronómica y la interpretación mitológica del planeta Venus en la cultura griega.

La conexión entre Lucifer y figuras como Satanás o el ángel caído surge más tarde en la tradición cristiana, pero carece de fundamentos sólidos en los textos originales. La reinterpretación de Lucifer como un símbolo del mal proviene de una lectura alegórica y

patrística, que busca incorporar elementos de la mitología greco-romana en la teología cristiana.

Se destaca cómo figuras como San Jerónimo y la patrística cristiana reinterpretaron el concepto de Lucifer como el adversario de Dios, basándose en traducciones latinas que reflejaban la cosmología romana y la demonología cristiana en desarrollo.

El estudio de las diversas traducciones y reinterpretaciones de Lucifer a lo largo de la historia revela la complejidad de su significado y su evolución a lo largo del tiempo. Más allá de la imagen convencional de Lucifer como el diablo, encontramos una narrativa que refleja las tensiones culturales y religiosas de diferentes épocas y sociedades. Este análisis crítico nos invita a cuestionar las interpretaciones establecidas y a profundizar en el contexto original para comprender plenamente el significado de este enigmático personaje.

En la fe cristiana, se dice que en los confines de la eternidad, donde el tiempo y el espacio convergen en un vasto lienzo cósmico, reside la omnisciencia de Dios, cuya sabiduría se extiende más allá de los límites de la comprensión humana. En Su esencia perfecta, Él conoce todas las cosas, desde el inicio de los tiempos hasta el fin de los días. No hay secreto oculto a Su mirada penetrante, ni sombra que escape a Su luz eterna.

En los anales de la creación, se encuentra la historia del ángel caído, Lucifer, cuya rebeldía fue predestinada en los pliegues del plan divino. ¿Acaso Dios, en Su divina presciencia, no sabía que el arcángel se alzaría en contra de Su majestad? Sí, en verdad, porque en la vastedad de Su conocimiento reside la certeza absoluta de todas las cosas.

Pero ¿por qué, entonces, Dios creó a aquel que se alzaría en contra de Él? Esta cuestión, en su profundidad insondable, nos lleva al corazón mismo de la soberanía divina. Lucifer, en su origen, era una joya resplandeciente en la corona celestial, concebido con un propósito noble y puro por la mano del Creador. No fue la voluntad de Dios que Lucifer se convirtiera en el adversario, pero en Su infinita sabiduría, permitió que el libre albedrío del ángel tomara su propio curso.

El sufrimiento y la discordia que surgieron de la rebelión de Lucifer no fueron más que las sombras que prepararon el escenario para el glorioso acto redentor de la humanidad. A través del sufrimiento, Dios tejió el tapiz de la salvación, haciendo que el mal se convirtiera en el catalizador para el triunfo de la luz sobre la oscuridad.

En el designio divino, la caída de Satanás fue un peldaño en la escalera hacia la redención universal. Aunque los motivos de Dios permanezcan ocultos en los misterios de Su ser, Su amor y misericordia se manifiestan en cada acontecimiento, transformando el mal en bien, la oscuridad en luz.



En el enigma de la creación y la caída, reconocemos la grandeza incomparable de Dios, cuyos caminos están más allá de nuestra comprensión. Nos postramos ante Su sabiduría infinita, confiando en que incluso en medio de la oscuridad más profunda, Su luz resplandecerá para siempre.

La humanidad culpa a Lucifer de sus pecados debido a una percepción errónea de su naturaleza y motivaciones. A pesar de los intentos de Lucifer de influir en la humanidad, ofreciendo amor, belleza y sentido a sus vidas, la gente parece interpretarlo erróneamente como seducción y tentación. Esta interpretación distorsionada de sus acciones conduce a la creencia de que Lucifer es el responsable de los pecados humanos.

Implica que las profecías y prejuicios sobre Lucifer contribuyen a esta culpa injusta. Aunque Lucifer desobedeció estas premoniciones, sigue siendo malinterpretado y castigado como Satanás. La humanidad culpa a Lucifer de sus pecados debido a una combinación de malentendidos, prejuicios arraigados y una interpretación sesgada de sus acciones.

En la Cábala, se enseña que los seres humanos tienen la capacidad de enfrentar y combatir al Hasatan, que es el equivalente al Satanás o adversario en otras tradiciones religiosas. Sin embargo, la forma en que se aborda este concepto dentro de la Cábala puede diferir según las interpretaciones y enseñanzas de diferentes maestros y escuelas.

En general, la Cábala enseña que el Hasatan no es un ser externo y separado, sino más bien una manifestación de fuerzas internas dentro de la psique humana. Representa las fuerzas del ego, el deseo egocéntrico y las inclinaciones hacia el mal que existen dentro de cada individuo. En este sentido, combatir al Hasatan significa trabajar para superar estas tendencias negativas y elevarse hacia una mayor conexión con lo divino.

La práctica cabalística incluye métodos como el estudio de textos sagrados, la meditación, la oración y la observancia de mitzvot (mandamientos) para purificar el alma y fortalecer la conexión con la Divinidad. A través de este proceso de autotransformación espiritual, se cree que uno puede gradualmente dominar y controlar las fuerzas internas que representan al Hasatan.

Es importante destacar que en la Cábala, el enfoque no está en luchar contra entidades externas, sino en transformar y elevar la propia naturaleza interior. Al hacerlo, se busca alcanzar un estado de armonía, integridad y conexión con lo divino.

Quiero agregar que el nombre de Heilel, desde los cánticos de "elel" entonados en las festividades tradicionales de Etiopía, acompañados por instrumentos ancestrales, hasta los fervientes "haleluyah" que resuenan en las iglesias pentecostales contemporáneas, encontramos una conexión subyacente con la tradición de alabanza del antiguo Israel, ya sea que comprendamos su origen o no.

La palabra "halel", de la cual deriva "haleluYah", generalmente se traduce como "alabar" o "dar gloria". "Halelu" es simplemente la forma imperativa del verbo "halal", mientras que "Yah" constituye la primera parte del nombre del Creador, por lo que su significado sería "alabad a Yah" o "den gloria a Yah".

Sin embargo, el concepto de alabar o dar gloria no se traduce directamente al español de manera concreta. Para entender mejor este término y el concepto de alabanza en el hebreo bíblico, es necesario remontarse a sus primeros usos en las Escrituras.

Por ejemplo, en Job 29:3, encontramos la raíz de "halel" abreviada, con el significado de brillar o resplandecer, similar a la acción de iluminar con una vela.

Otro ejemplo es Isaías 14:12, donde la palabra "heilel", relacionada con "halel", también connota brillar o dar luz, como la estrella más brillante antes del amanecer. Esta palabra se refiere al rey de Babilonia en el contexto del orgullo humano. A menudo, se traduce como "Lucifer", aunque originalmente solo significaba "portador de luz".

En la tradición judía, "halel" también se refiere a los Salmos 113 al 118, cantados durante la festividad de Pésaj en el Templo, probablemente los mismos himnos que Jesús y sus discípulos entonaron después de la Última Cena.

En resumen, "halel" está ligado a la idea de brillar como una luz, ya sea la llama de una vela o el resplandor de una estrella, utilizadas antiguamente como guías para la orientación. Más allá de una simple traducción como "alabanza" o "gloria", al considerar estas antiguas acepciones y conexiones, se otorga un significado más profundo a todo lo que atribuimos a Yah.

Volviendo al tema de la luz divina, por ejemplo en la física, existen diversas partículas ya comprobadas y otras hipotéticas aun no demostradas, algo curioso sucede también en el proceso de entender la Kabbalah y como conceptualiza el universo, por ejemplo la ciencia explica el universo con el Big Bang y la Kabbalah lo llama Tzimtzum una de las cosas que me he dado cuenta, es que se a veces en algunos textos se confunde el significado de luz en Kabbalah, que en realidad se llama luz infinita.

En la Kabbalah, la luz infinita se refiere a la esencia divina que se considera la fuente de toda creación, Or Ein Sof (Luz infinita de D-os. Esta luz es la energía divina de D-os que impulsa y sustenta todo el universo, y que todo lo que existe es una manifestación de esta luz divina en diferentes formas y grados de intensidad. Tiene dos niveles de revelación la Or Ein Sof:

a) La primera es “la luz de D-os que brilla para Sí Mismo” es la “capacidad innata” de D-os de hacer brillar la Or Ein Sof hacia Sí mismo, es una revelación de su propia existencia (galeinai.org), *“es capaz de hacer todo. Y así como es capaz de hacer, es igualmente capaz de no hacer… en un estado de “habilidad” o capacidad*



completamente abstracta (Él es capaz de ser sabio, Él es capaz de ser bueno, etc.). Las diez sefirot son tomadas aquí como "innatas", en forma figurada, en Di-s.". ***Esta fue la primera luz*** en kabbalah porque después surge la luz de D-os *en aras* del otro" porque todavía no había nadie que existiera, antes del Tzimtzum fenómeno muy similar a la teoría de Big Bang.

b) Y la segunda es la "luz de D-os que brilla para el otro" es decir para nosotros los seres humanos. Un despertar de D-os para brillar y brindar bondad a otros, es la demostración de su omnipotencia (galeinai.org).

¿Cómo puede D-os crear el universo y sus múltiples componentes y seguir siendo perfecto?

Una teoría comúnmente utilizada es la teoría emanacionista, que sugiere que la creación evolucionó a partir de D-os de forma gradual y progresiva. Sin embargo, esto no explica cómo se puede pasar de lo infinito a lo finito y de la unidad absoluta a la multiplicidad (Al igual que en el Big Bang). Además, aunque la creación podría haber descendido de la luz infinita de D-os, un proceso gradual no podría haber dado lugar a la materia densa y limitada que existe en nuestro mundo. Por lo tanto, la creación debe haber sido un acto radical y de creación divina que estableció una distinción radical entre D-os y el universo. La teoría de Tzimtzum de la Kabbalah explica cómo esto sucedió a través de un proceso de refracción y ocultamiento de la emanación divina desde D-os hasta que se tornaron posibles las sustancias finitas y físicas (Schochet, s.f.).

Al analizar las similitudes entre el Tzimtzum y el Big Bang, se pueden notar varios puntos de conexión:

1. **Origen del Universo:** Tanto el Tzimtzum como el Big Bang se refieren al origen del universo. En el Tzimtzum, D-os realiza un acto de contracción para permitir la creación, mientras que el Big Bang es la teoría científica que describe el comienzo del universo con una explosión masiva.
2. **Expansión desde un Punto:** En el Tzimtzum, se menciona el Kav, un rayo de luz divina que se expande desde un punto central. De manera similar, el Big Bang describe la expansión del universo desde un estado inicial extremadamente denso y caliente.
3. **Creación de Espacio Vacío:** Tanto en el Tzimtzum como en el Big Bang, hay una idea de crear un espacio vacío. En el Tzimtzum, esto es para permitir la existencia del mundo finito, y en el Big Bang, es el espacio-tiempo en expansión.
4. **Evolución de la Creación:** Ambos conceptos implican una evolución en la creación. En el Tzimtzum, se describen diferentes etapas, como el Reshimu, el Kav, y el Avir. En el Big Bang, se habla de la evolución del universo desde un estado inicial extremadamente caliente hasta la formación de estrellas y galaxias.
5. **Renovación y Renacimiento:** El texto también menciona cómo el Tzimtzum puede ocurrir en el curso de la historia, similar al renacimiento después del diluvio



universal. Esto se puede comparar con la idea de renovación y desarrollo continuo en la teoría del Big Bang.

Ambos conceptos, el Tzimtzum y el Big Bang, ofrecen perspectivas fascinantes sobre el origen y la evolución del universo, uno desde una perspectiva teológica y mística, y el otro desde una perspectiva científica. Aunque las descripciones específicas difieren, la noción de un evento fundamental que da inicio al cosmos y su expansión subsecuente es un punto en común entre ambas concepciones.

Me gusta mucho la explicación que da un autor llamado Yehuda Berg y es la siguiente (Berg, Satán, una autobiografía de nuestro gran oponente, el ego, 2010):

En los albores de la existencia, antes incluso del Big Bang que marcó el nacimiento del universo, había una Luz infinita, la esencia divina de D-os. Esta Luz emanaba de una Fuerza Positiva de Energía que decidió compartir su resplandor creando a Adam Kadmon, un ser receptivo hecho de energía pura, el primero en el cosmos y literalmente a imagen de su creador.

Un día, lleno de curiosidad, Adam Kadmon decidió aventurarse lejos de la Luz infinita para aprender del vasto universo. Aunque D-os estaba renuente, permitió la separación, instando a su creación a evitar las indulgencias egoístas y a no aceptar placeres temporales en lugar de lo verdadero. En su travesía, Adam Kadmon ingresó a una dimensión donde solo existía la conciencia, un reino subatómico donde encontró el Jardín del Edén, un lugar de maravillas donde decidió quedarse.

Dios, deseando el regreso de Adam Kadmon, creó a Lucifer para poner a prueba su conciencia sin que lo supiera. Lucifer desafió a Adam Kadmon con una fruta metafórica, simbólicamente representando el conocimiento o, más precisamente, el ego. Inicialmente resistente, Adam Kadmon recordó las instrucciones divinas, pero Lucifer insistió en que la fruta era una prueba enviada por D-os para ayudarlo.

Finalmente, Adam Kadmon cedió a la tentación, mordiendo la fruta y desencadenando la entrada de Satanás en su conciencia. Este nuevo ego, fruto de cambiar la verdadera felicidad por un placer temporal, aterrorizó al ser primigenio, quien se sumió en el pánico creyendo estar esquizofrénico.

Ante la dificultad de vencer el ego, D-os intervino y dividió a Adam Kadmon en almas individuales más pequeñas, creando así la humanidad. Nacieron así Adán y Eva, fragmentos del ser primordial, encarnados en un mundo físico.

Sin embargo, la lucha contra el ego persistió en la existencia de los seres humanos. La historia de Adán y Eva, en este contexto, representa la fragmentación de Adam Kadmon en almas más pequeñas, enfrentándose a sus propios egos y luchando por equilibrar las fuerzas internas de "recepción y otorgamiento".

Este relato épico nos habla de la eterna lucha entre la Luz y la Oscuridad, entre el deseo egoísta y la búsqueda de la verdad. La humanidad, con sus defectos y limitaciones, enfrenta el desafío de redescubrir su verdadera naturaleza y regresar a la Luz infinita, superando las sombras del ego que amenazan con oscurecer el camino. La historia de Adam Kadmon y su descendencia es la epopeya de la Luz que se aventura en la oscuridad, confiando en que, al final, prevalecerá sobre las sombras. (www.kabbalah.info, s.f.).

La tarea de los seres humanos de vencer esta conciencia preprogramada llamada ego o satán. Vencer el satán les permitirá conquistar la muerte y alcanzar la felicidad eterna. Además, D-os creó un método para que las personas compensen sus errores y crezcan de ellos, aumentando su potencial y limpiando los obstáculos en su psique. D-os lo hace poniendo a prueba a las personas y reclutando a un ayudante, Satán. Aquí es donde aparece el ego, una fuerza creada por D-os.

El viaje del ser primigenio Adam Kadmon lo llevo a su fragmentación debido a su curiosidad, una característica muy común en los seres humanos, que lo llevó a la búsqueda del significado de la vida terminó en la experimentación del dolor para apreciar la bondad infinita, lo cual le ayudará a regresar a casa. Por otro lado, Lucifer significa "el que trae la Luz", pero él se alimenta de la luz infinita que no aceptamos por nuestro ego o Satán; el Satán es una extensión de Lucifer, en pocas palabras, lo mismo.

Por lo tanto, luz y luz infinita, aunque ambas comparten la palabra "luz", se trata de dos conceptos diferentes y no están relacionados directamente entre sí. Y el ego es lo que ataca nuestra conciencia.

La noción de "luz infinita" en la Cábala, como el Ein Sof, es más un concepto teológico y espiritual que una entidad cuántica según la comprensión científica actual. La Cábala es una tradición mística y esotérica, mientras que la mecánica cuántica es un marco teórico que describe el comportamiento de partículas subatómicas.

Dicho esto, si imaginamos una analogía entre la "luz infinita" y las propiedades cuánticas, podríamos explorar conceptos abstractos que podrían compartir similitudes poéticas más que científicas. Aquí hay algunas ideas, los siguientes puntos son metafóricos no están demostrados, solo con propósito con fines ilustrativos:

1. **Superposición cuántica:** Así como las partículas cuánticas pueden existir en múltiples estados al mismo tiempo, la "luz infinita" podría ser vista como omnipresente en todos los lugares y momentos.
2. **Entrelazamiento cuántico:** En el entrelazamiento cuántico, las partículas están instantáneamente correlacionadas sin importar la distancia entre ellas. Podríamos imaginar que la "luz infinita" está conectada con todo en el universo de una manera similar, creando una red de interconexión espiritual.
3. **Indeterminación:** En mecánica cuántica, la posición y el momento de una partícula no se pueden conocer simultáneamente con certeza. Podríamos comparar esto con

la idea de que la "luz infinita" es más allá de nuestra comprensión completa y no se puede limitar o definir completamente.

4. **Dualidad onda-partícula:** Las partículas cuánticas pueden exhibir comportamientos tanto de partículas como de ondas. En un sentido metafórico, podríamos imaginar que la "luz infinita" puede manifestarse de maneras diversas, ya sea como una entidad espiritual o como una presencia energética.
5. **Colapso de la función de onda:** En mecánica cuántica, la observación afecta el estado de una partícula. En una analogía espiritual la luz divina está conformada de partículas, podríamos pensar que la "luz infinita" se manifiesta de manera específica cuando es observada o experimentada por seres conscientes.

Es importante destacar que estas analogías son especulativas y poéticas. La mecánica cuántica y las tradiciones espirituales abordan preguntas fundamentales de manera diferente, y cualquier intento de vincularlas debe hacerse con cautela y reconocimiento de sus distintas naturalezas.

Esta luz del Or Ein Sof viaja a través de diferentes dimensiones, la cábala los denomina como Mundos, aquí hay una descripción de los cuatro mundos de la Cábala:

1. **Olam HaAtzilut:** Mundo de la Emanación. Este nivel representa la emanación divina directa y pura. Se considera el más elevado y está más allá de la comprensión humana.
2. **Olam HaBriah:** Mundo de la Creación. Aquí se crea la estructura básica de la realidad, y es donde se originan las formas espirituales.
3. **Olam HaYetzirah:** Mundo de la Formación. En este nivel, la energía divina toma forma y se estructura en patrones específicos.
4. **Olam HaAsiyah:** Mundo de la Acción. Es el nivel más bajo y más externo, donde la realidad material y tangible se manifiesta.

Estos cuatro mundos representan diferentes niveles de conciencia y existencia, y la Cábala explora cómo están interconectados y cómo influyen en la realidad.

A su vez los cuatro mundos actúan como filtros del nivel de luz divina que recibe el mundo material, va disminuyendo del más cercano al Ein Soft (Infinitud) hasta el más alejado que es la realidad que nosotros podemos percibir.

Uno de estos mundos es "Ayin" que significa "ojo" y también se utiliza como un concepto espiritual para referirse al "ojo interior" o la "visión interna". Ayin se relaciona con la capacidad de percibir y comprender la realidad más allá de lo evidente, y a menudo se asocia con la intuición, la introspección y la visión espiritual profunda.

En términos de la Cábala, Ayin a veces se menciona en relación con conceptos como "Ayin Sof", que se traduce como "Sin fin" o "Infinito". Ayin Sof representa la infinitud de D-os, y a

través de la contemplación profunda y la conexión espiritual, se busca alcanzar una comprensión más profunda de la realidad divina.

La Cábala ve a Ayin como un aspecto esencial para el desarrollo espiritual, ya que implica la capacidad de ver más allá de la superficie de las cosas y captar las verdades espirituales y metafísicas. La práctica de desarrollar el "ojo interior" es fundamental para explorar los misterios de la existencia y la conexión con lo divino en la tradición cabalística.

En la Cábala, se habla de los "velos" o "slipot" para describir las capas o dimensiones que ocultan la realidad divina y que deben ser trascendidas en el proceso de búsqueda espiritual. Estos velos representan barreras entre el individuo y la comprensión completa de lo divino. Hay varias interpretaciones y sistemas que describen estos velos, y aquí se mencionan algunos de ellos:

1. **Ayin:** Literalmente significa "ojo" en hebreo, pero en el contexto cabalístico, se refiere al "ojo interior" o la capacidad de percepción espiritual profunda. Es la capacidad de ver más allá de lo evidente y penetrar en las verdades espirituales.
2. **Ein Sof:** Se traduce como "Sin fin" o "Infinito". Ein Sof representa la infinitud de D-os, la esencia divina ilimitada que está más allá de toda comprensión humana. Es la fuente inagotable de toda creación y existencia.
3. **Or Ein Sof:** Se traduce como "Luz del Infinito". Este concepto se refiere a la emanación de la luz divina desde Ein Sof. Es la luz espiritual que llena y sustenta toda la creación. **Or Ein Sof:** Simboliza la energía divina que fluye desde la fuente infinita hacia el universo.

Los velos representan los obstáculos que impiden a la humanidad comprender plenamente la naturaleza divina. A medida que las personas avanzan en su búsqueda espiritual y practican la contemplación y la conexión con lo divino, se esfuerzan por trascender estos velos y experimentar una conexión más profunda con la realidad espiritual y divina. La Cábala busca desvelar estos misterios y llegar a un entendimiento más profundo de la naturaleza de D-os y la creación.

A continuación un ejemplo cuando una persona inmersa en la meditación y tiene que atravesar un obstaculo. Cuando una persona se sumerge en la meditación, entra en un estado de profunda reflexión y autoconciencia. En este contexto, puede utilizar objetos simbólicos para ayudar a concentrar su mente y explorar conceptos abstractos. Uno de estos objetos podría ser una roca, que simboliza un obstáculo o desafío en la vida del individuo.

Al sostener esta roca durante la meditación, el individuo se sumerge en un proceso de análisis y reflexión. Observa la textura, el peso y la forma de la roca, permitiendo que su mente se centre en el objeto físico mientras simultáneamente profundiza en sus pensamientos.



La roca actúa como un ancla para la mente, ayudando al individuo a mantenerse enfocado y presente en el momento. A medida que examina la roca, también reflexiona sobre el obstáculo que representa. Puede considerar cómo ese obstáculo se refleja en su vida, qué desafíos presenta y cómo puede superarlo.

Durante este proceso de meditación, el individuo busca una interpretación más profunda del obstáculo. Se sumerge en un diálogo interno, explorando posibles soluciones, aprendizajes o cambios de perspectiva que puedan ayudarlo a abordar el desafío de manera más efectiva.

La meditación con la roca como objeto simbólico permite al individuo adentrarse en una introspección más profunda. A través de esta práctica, puede ganar claridad mental, desarrollar habilidades para enfrentar desafíos y encontrar paz interior. Al final de la meditación, el individuo puede sentirse más fortalecido y equipado para enfrentar los obstáculos que la vida le presente.

Cuando conecta su Árbol de la Vida con la emanación divina, se representa una serpiente ascendiendo hacia lo divino. Este proceso transforma la conciencia del individuo que medita, convirtiendo el obstáculo en una idea y, posteriormente, en un pensamiento desafiante. Al contemplar este pensamiento, se convierte en un desafío que, a su vez, tiene el poder de transformar el objeto. La energía fluye desde lo divino hacia lo material; este descenso es el rayo, materializando la solución descendente de esa idea. Pasa de lo material a lo divino y luego de lo divino a lo material; este proceso culmina en la capacidad de convertir el obstáculo en un arma que puede ser utilizada para vencer los desafíos. En resumen, la meditación y la conexión con lo divino permiten transformar los obstáculos en desafíos superables, materializando soluciones para vencerlos.

¿Qué significa este ascenso y descenso del árbol de la vida?

1. **Aliyah (עֲלִיָּה):** Significa "ascenso" o "subida". Se refiere al proceso de elevarse hacia los niveles más elevados de conciencia y conexión con lo divino. En el Árbol de la Vida, este ascenso implica moverse desde los niveles más bajos hacia los más altos, acercándose a la esencia divina.
2. **Yeridah (יְרִידָה):** Significa "descenso" o "bajada". Este proceso implica llevar la influencia divina, la luz espiritual o la conciencia elevada hacia el plano material o terrenal. Es la manifestación de las realidades espirituales en el mundo material.

Estos conceptos están relacionados con la dinámica de los Sephiroth en el Árbol de la Vida. Las Sephiroth son las diez emanaciones o esferas que representan diferentes aspectos de la divinidad y la creación. El proceso de Aliyah y Yeridah implica trabajar con estas esferas para elevar la conciencia hacia lo divino y luego manifestar esa conciencia elevada en la realidad cotidiana.



Por ejemplo, un practicante de la Cábala podría buscar elevar su conciencia a través de la meditación y la contemplación, conectándose con las esferas más elevadas del Árbol de la Vida. Luego, llevaría esa conciencia elevada de vuelta al mundo material, buscando manifestarla en sus acciones diarias, relaciones y comprensión del mundo.

Este proceso de subir y bajar es parte integral de la práctica cabalística, donde se busca una integración armoniosa entre lo divino y lo terrenal para alcanzar una comprensión más profunda y experimentar la unidad de toda la creación.

¿Cuáles son los beneficios?

Los conceptos de la Cábala de como fluye la luz infinita a través del árbol de la vida, están específicamente relacionados con la idea de descenso (yeridah) y ascenso (aliyah) en el ciclo de vida de una neshamah (alma) dentro de un cuerpo particular. Aquí hay una explicación sencilla de los conceptos presentados (Kremnizer, s.f.):

1. **Descenso y Ascenso:**
    - **Descenso (Yeridah):** Cada alma desciende a la vida material para realizar ciertos mitzvot (mandamientos) y alcanzar su potencial. Este descenso es una oportunidad de crecimiento espiritual.
    - **Ascenso (Aliyah):** El propósito del descenso es experimentar un ascenso posterior. No hay ascenso sin un previo descenso. Este principio se aplica a almas, naciones y a la vida de cada individuo.
2. **Perspectiva ante Obstáculos:**
    - Se presenta un ejemplo de un atasco de tráfico como una situación desagradable. Se destaca que se pueden abordar tales obstáculos desde dos perspectivas: **"indignación y frustración"** o **"comprensión de lo que está sucediendo y búsqueda de la razón detrás de la situación".**
3. **Hashgochah Protis:**
    - Se menciona la importancia de comprender la "Hashgochah Protis" (Providencia Divina), donde cada posición y situación en un momento específico es deliberada y orquestada por Hashem (Dios) para un bien específico.
4. **Eliminación de Preocupación y Temor:**
    - Se destaca que cuando se entiende que el entorno está totalmente controlado por Hashem y es para el bien, no hay lugar para la preocupación, el miedo o la ira.
5. **Búsqueda de Crecimiento:**
    - Se enfatiza que cualquier aparente suceso negativo es solo para el propósito del crecimiento espiritual.
6. **Revelación de un Secreto:**
    - Se revela un secreto extraordinario: cada descenso físico es necesario para un ascenso a un punto más alto. Esto cambia la percepción del mundo para siempre.



א

"Ayin" (עַיִן)

Ein sof

אין סוף

Infinito

Olam HaAtzilut

עוֹלָם הָאֲצִילוּת

Mundo de la Emanación

Olam HaBriah

עוֹלָם הַבְּרִיאָה

Mundo de la Creación

Olam HaYetzirah

עוֹלָם הַיְצִירָה

Mundo de la Formación

כתר

בינה

חכמה

דעת

גבורה

חסד

תפארת

הוד

נצח

יסוד

מלכות

Or Ein sof

Luz infinita

אור אין סוף

Olam HaAsiyah

עוֹלָם הַעֲשִׂיָּה

Mundo de la Acción

Dibujo Foco: (Author: All-free-download.com, s.f.) y Rodolfo Nájera López

Aquí hay un análisis y resumen de los puntos clave:

1. **Totalidad de la Realidad:**
   - Se plantea que vivimos en la totalidad de la realidad, pero nuestra percepción está restringida.
   - Existe una realidad completa y total que se reduce y divide en cinco mundos espirituales.
2. **Estructura de los Cinco Mundos:**
   - Se mencionan los cinco mundos: Adam Kadmon, Atzilut, Beriya, Yetzirah y Asiya.
   - Estos mundos representan niveles de conciencia, cercanía o distancia desde la realidad completa hasta llegar a nuestro mundo.
3. **Desconexión con lo Espiritual:**
   - Se subraya la falta de sensación de los mundos espirituales por debajo de una barrera o velos de los mundos, que son filtros de la emanación divina.
   - En nuestro mundo, la sensación se limita a lo corporal o físico.
4. **Propósito de la Cábala:**
   - La Cábala tiene como objetivo permitir que una persona rastree sus pasos desde el descenso a este mundo hasta su fuente en la realidad espiritual.
   - La Cábala ofrece un método para que la persona comience a percibir y entrar en el mundo espiritual.
5. **Ocultamiento de la Realidad Completa:**
   - La realidad completa, así como la Cábala misma, ha sido oculta y reducida a través de niveles.
   - Se sugiere que este proceso es parte de un plan de creación para que podamos regresar a la totalidad de la realidad.
6. **Función del Creador:**
   - Se describe al Creador como una fuerza benevolente que ha creado un sistema para que podamos alcanzar la conexión con la realidad total.
7. **Enfoque de la Cábala:**
   - Los libros de la Cábala, incluyendo la Torá, la Mishná y el Génesis, tratan sobre los estados en estos mundos y el método para ascender espiritualmente.

En la cosmovisión cabalística, se postula la existencia de varios mundos, también conocidos como "Sefirot" o "Esferas", que representan diferentes niveles de conciencia y manifestación. Cada uno de estos mundos refleja una emanación divina y se estructura en una jerarquía que revela aspectos específicos de la realidad. Estos mundos son:

1. **Atzilut (Emanación):** Este es el mundo más elevado, asociado con la emanación divina pura. Representa la esencia divina sin ninguna limitación o forma específica. En este nivel, la realidad es una expresión directa de la divinidad. Representa el

nivel más alto de la existencia, donde moran los 10 nombres santos de Dios. Aquí, la divinidad se manifiesta de manera pura y directa, sin ninguna forma de ocultamiento. Es el mundo de la esencia divina, donde todo es perfecto y completo.

En cuanto los 10 nombre sagrados a D-os se le conoce por 72 nombres de estos 10 podrian ser los diguientes:

- **Eheieh** (אֶהְיֶה): Significa "Yo soy" o "Yo seré". Representa la existencia eterna y la presencia activa de Dios en todas partes.
- **Yah** (יָהּ): Es un nombre corto para Yahveh, que es el nombre hebreo del Dios de Israel. A menudo se asocia con la misericordia divina y la redención.
- **Yahveh** (יְהוָה): Es el nombre completo de Dios en hebreo, también conocido como el Tetragrámaton. Su significado exacto es objeto de debate, pero se asocia con la existencia eterna y el ser absoluto.
- **El** (אֵל): Significa "Poderoso" o "Dios". Se refiere a la fuerza y el poder divinos, así como a la soberanía y la autoridad de Dios sobre todas las cosas.
- **Elohim** (אֱל˙הִים): Es un término plural que se traduce comúnmente como "Dios" en la Biblia hebrea. Representa la naturaleza plural de la divinidad y puede referirse a juicio, justicia y poder creativo.
- **El Shaddai** (שַׁדַּי אֵל): Se traduce como "Dios Todopoderoso" o "Dios Omnipotente". Se asocia con la providencia divina, la abundancia y la fertilidad.
- **Adonai** (אֲד˙נָי): Significa "Señor" o "Mi Señor". Se utiliza como un término de respeto para referirse a Dios y se asocia con la autoridad y el dominio divinos.
- **Yahveh Tzva'ot** (צְבָאוֹת יְהוָה): Se traduce como "Señor de los Ejércitos" o "Señor de los Ejércitos Celestiales". Se asocia con el poder y la autoridad divinos sobre los ejércitos celestiales y terrenales.
- **Hashem** (םשה): Literalmente significa "El Nombre". Es un término utilizado en lugar del Tetragrámaton como una forma de respeto y reverencia hacia el nombre sagrado de Dios.
- **Ehyeh Asher Ehyeh** (אֶהְיֶה אֲשֶׁר אֶהְיֶה): Significa "Yo soy el que soy" o "Yo seré el que seré". Es una forma del nombre divino asociado con la eternidad y la autoexistencia de Dios.

2. **Beriá (Creación):** Este mundo se relaciona con la creación y la formación. Aquí, la energía divina comienza a tomar forma, pero aún no ha alcanzado la plena manifestación. Beriá es el lugar donde se gestan las ideas y los conceptos. Es el nivel donde se manifiesta la creación a partir de la emanación divina. Aquí, se encuentran los 10 poderosos arcángeles que son los agentes de la voluntad divina en el proceso creativo. Briah (Beriá) es el mundo de las ideas y los conceptos, donde se gestan todas las formas de vida y existencia.



3. **Yetzirá (Formación):** En este mundo, la energía divina continúa su descenso hacia la materialización. Yetzirá se asocia con la formación de la materia y la creación de las estructuras básicas que conforman la realidad. En este nivel, la creación comienza a tomar forma y estructura. Se manifiesta por medio de seres conocidos como las huestes o coros angélicos, que son los responsables de dar forma y orden al universo. Yetzirá es el mundo de la energía y la vibración, donde todo está en constante movimiento y cambio.
4. **Asiyá (Acción):** Este es el mundo más bajo y el más cercano a la realidad material tal como la conocemos. Aquí, la energía divina se manifiesta completamente en la creación física y la acción. Asiyá es el mundo de la acción concreta y la materialización. Es el nivel más bajo y material de los cuatro mundos, pero no se limita únicamente al plano físico. Comprende el plano astral inferior y el éterico, donde se manifiestan las energías de las sefirot. Assiah (Asiyá) es el mundo de la manifestación física y la materialización de las ideas y los conceptos.

Además de estos cuatro mundos, se hace mención de los velos que los rodean, que representan las limitaciones humanas y la incapacidad de comprender completamente la naturaleza divina. Estos velos son Ein (Negatividad), Ein Sof (Lo limitado) y Ein Sof Aur (Or Ein Sof) (La luz ilimitada). Son barreras metafóricas que separan al hombre de lo divino y simbolizan la incapacidad de alcanzar un entendimiento completo de lo trascendente.

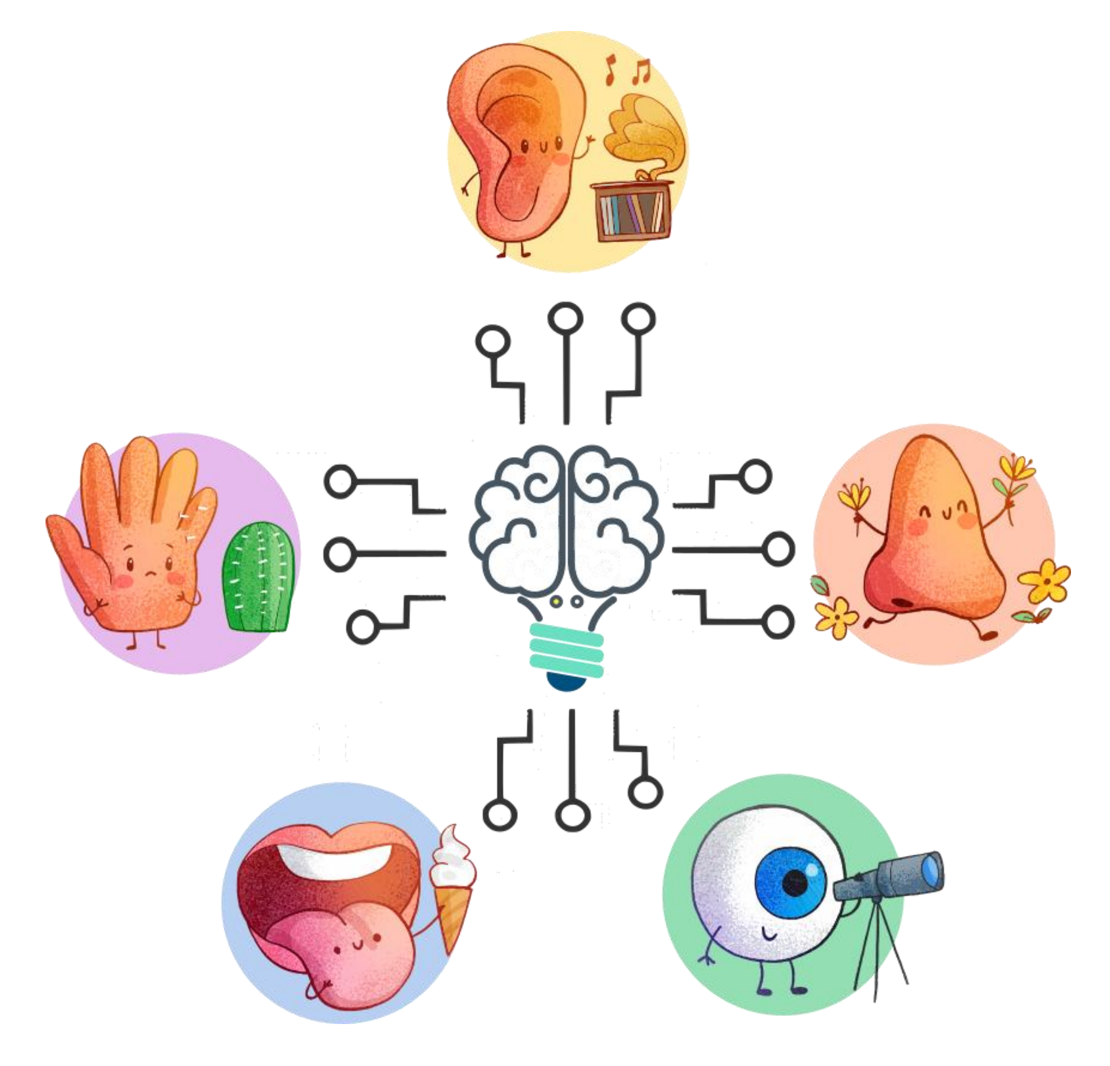
Los velos corresponden a las limitaciones humanas y no a las condiciones cósmicas mismas. Es el fondo sobre el cual se manifiesta la causa primera, la cual es un origen sin raíces. Los cuatro mundos nos permiten pensar en lo que trasciende al pensamiento y a la vez ocultan aquello que representan.

La Cábala sostiene que la existencia humana implica la conexión con estos diferentes mundos, y la espiritualidad se encuentra en la capacidad de elevar la conciencia para trascender las limitaciones del mundo material. La práctica cabalística busca, en última instancia, la reunión y armonización de estos mundos, restableciendo así la conexión directa con lo divino.

Cada desafío y descenso en la vida tiene el potencial de ser una oportunidad para un crecimiento espiritual y un ascenso a un nivel más alto. La comprensión de la Providencia Divina y la perspectiva correcta pueden eliminar la ira, la preocupación y el miedo, permitiendo una vida más plena y significativa.

Nos ofrece una comprensión detallada de la estructura de la realidad, proporcionando un camino para que las personas conecten con su fuente espiritual y cumplan con el propósito de la creación. La ocultación y reducción de la realidad total son vistas como parte de un proceso guiado por una fuerza benevolente, y la Cábala sirve como la guía para desentrañar estos misterios.

¿Qué es la conciencia?



(pikisuperstar, s.f.) (macrovector, s.f.)

Sufrimiento, aislamiento, son pensamientos que surgen a raíz del desequilibrio del árbol de la vida, cuando nos alejamos de la luz divina y nuestro árbol sefirótico se encuentra desequilibrado, necesitamos conectarnos más allá de los 5 sentidos de aquí en cabal surge la idea del sexto sentido que la conexión con lo espiritual, no es como el mundo de la acción donde todo es mecánico, es donde surgen los sentimiento, un lugar donde no existe el tiempo y el espacio, no hay movimiento sino propósito e intensión, sin embargo el mundo espiritual de donde emana la luz infinita, está ligado a la realidad que experimentamos pero para esto debemos de estar en la misma vibración de esta emanación ya que D-os ama a su creación y si nosotros no estamos en esa sintonía con nuestro prójimo, no podemos equilibrar nuestro árbol de la vida, ya que está en contra de la voluntad del creador, solo de esta manera lograremos estar en la misma vibración de la luz infinita, para conectar nuestra alama con la emanación de D-os, de esta manera

podremos percibir la realidad de forma casi completa, por eso tenemos hacer el bien por ejemplo ayudar a otros, la voluntad de compartir y recibir la luz infinita, en fin, tenemos que desarrollar este hábito y medirlo en forma de que no desequilibre, este amor hacia los demás es lo que sostiene el mundo en esta realidad y la existencia, tener la habilidad de sentir y crear la realidad misma a nuestro alrededor es la llave de la sabiduría, pasamos de una condición de vacío a una condición de luz, de forma metafórica nos convertimos en una luz para nosotros mismos(as) y para los demás, desde cierto punto de vista en el mundo real vivimos en una prisión donde aunque cada vez conocemos más de las leyes del universo utilizamos la ciencia buscando con formar lo que esperamos encontrar pero con sesgos confirmación, a veces esto se convierte en una restricción al conocimiento por que no nos abrimos a nuevas posibilidades, antes se creía como los griegos que la materia se formaba de cuatro elementos (agua, tierra, aire y fuego) sin embargo creían que las cosas debía de haber algo más allá de nuestros sentidos, que se escapaba de nuestro conocimiento, después revelamos que las partículas si existían, objetos indivisibles que llamamos átomos partículas puntuales y ahora sabemos que no son puntuales sino cuerdas que forman diferentes campos y materia de acuerdo a sus vibraciones, esto se origina del proceso del dolor de aceptar que a veces nos equivocamos, no somos perfectos para entender la perfección del mundo en expansión desarrollado por la omnisciencia de D-os, lo que conocemos es mucho y a la vez efímero y poco, para la edad del universo y la infinitud de creador en todo su esplendor, a veces nos quedamos atrapados ensimismados en nuestro ego, sin darnos cuenta de lo que hay a nuestro alrededor, de lo maravilloso que es vivir y compartir con los demás, la comodidad o estado de confort es el ego, el oponente es el que muchas veces nos mantiene embelesados en esa zona, tenemos que encontrar desafíos y retos que nos ayuden a salir de esa cárcel del ser egoico que hay en nuestro ser, desarrollando nuestro máximo potencial a través de la herramienta y tecnología que representa la kabbalah.

¿Es una tecnología y una herramienta?

La Kabbalah es una antigua tradición mística judía que se remonta a la Edad Media, aunque sus raíces se encuentran en épocas anteriores, es una forma de conocimiento que busca comprender la naturaleza de D-os, el universo y la existencia humana. La Kabbalah es una herramienta y tecnología espiritual por varias razones:

1. **Simbolismo y Arquetipos:** Utiliza un sistema simbólico y arquetípico para representar conceptos espirituales y divinos. A través de la interpretación de símbolos como el Árbol de la Vida, los Sephiroth y las letras hebreas, se pretende revelar la estructura fundamental del universo y la conexión entre lo divino y lo terrenal.



2. **Gematría:** Cada letra hebrea tiene un valor numérico, y los números se consideran portadores de significado y energía. Se cree que la comprensión de estos números y sus relaciones revela (insights) perspectivas profundas sobre la realidad y la espiritualidad.
3. **Meditación y Visualización:** Incluye prácticas meditativas y visualizaciones destinadas a conectar al practicante con lo divino. Estas técnicas se consideran herramientas para expandir la conciencia y experimentar niveles más profundos de realidad espiritual.
4. **Transformación Personal:** Se centra en la idea de la transformación personal y espiritual. A través de la práctica y el estudio, se busca alcanzar un mayor grado de conciencia y comprensión de la conexión con lo divino. Esto se ve como un proceso de evolución y perfección del individuo.
5. **Liberación del Potencial Humano:** Cada individuo tiene un potencial divino y un propósito en la vida. Las prácticas cabalísticas buscan desbloquear este potencial y permitir que la persona alcance su máximo nivel de realización espiritual.
6. **Entendimiento de la Realidad:** Ofrece un marco conceptual para entender la realidad en términos de la emanación divina y la interconexión de todas las cosas. Se considera una tecnología espiritual porque proporciona un sistema para comprender y trabajar con fuerzas y energías sutiles en el universo.

Es importante destacar que la Kabbalah no es simplemente una tecnología en el sentido moderno y material, sino que se refiere a un conjunto de prácticas, enseñanzas y conceptos que buscan trascender la realidad material y comprender aspectos más profundos y espirituales de la existencia.

El ser humano es sorprendente más sin embargo la única medida con la que nos podemos comparar es con nosotros mismos, ya que no podemos compararnos entre nosotros y menos con el creador, medirse con él, es medirse con el infinito, pero si podemos dirigir nuestro propósito a ser como él a través de la cábala y las herramientas que nos proporciona para ser luz como él, teniendo felicidad plena, nuestro verdadero oponente está dentro de nosotros es el ego y cuando este nos domina, produce el deseo de recibir para nosotros mismos, cayendo en una especie de cárcel de la que no podemos salir, de esa manera no podemos llegar a nuestro máximo potencial y llenar nuestra vasija con luz y ser una luz de inspiración para otros, nuestra alama es como una vasija que se abre y se cierra entre más ego tengamos más cerrada esta y viceversa, pero la luz está siempre presente es simplemente salir de nuestro estado de confort y recibirla, pero debemos de ser conscientes y estar abiertos a la fe de que D-os está con nosotros a cada paso y sí tendremos que a través de desafíos ganarnos la luz por nosotros mismos, cuando recibimos luz si haber hecho el esfuerzo a eso se le llama en cábala como el pan de la vergüenza, por eso debemos de ver los desafíos como aprendizajes que nos ayudan a superar nuestro potencial.

En la travesía de la vida, nos encontramos con desafíos aparentemente insuperables. Sin embargo, la clave reside en confiar en nuestra fuerza interior, en la resiliencia de la mente y

el espíritu. Más allá de la fuerza física, comprendemos que el verdadero poder yace en el dominio de nuestros pensamientos y emociones.

Cada tropiezo, cada fracaso, no debería ser motivo de lamento, sino una valiosa lección. En la construcción de nuestra fortaleza mental, aprender de las caídas nos brinda la oportunidad de fortalecernos. La constancia, no la perfección, es la clave para alcanzar metas; persistir a pesar de los obstáculos nos acerca al éxito.

Las batallas más significativas se libran internamente, contra nuestros propios miedos y limitaciones. La aprobación ajena no debe ser nuestra búsqueda, en su lugar, creer en nosotros mismos y perseguir nuestros sueños nos llevará más lejos. La verdadera fortaleza se revela al controlar la ira, utilizándola como combustible para avanzar, y al enfrentar las luchas internas.

El camino hacia el progreso implica dejar atrás el pasado, concentrándonos en el presente. El fracaso es solo una oportunidad para reiniciar, más sabios. No permitir que las limitaciones nos definan, reconocer nuestro poder interior y superarlas nos lleva a lograr grandes cosas.

La verdadera fuerza emana del amor y la compasión, no de la rabia o el odio. La victoria no radica en derrotar a otros, sino en superarnos a nosotros mismos día tras día. Avanzar implica superar errores pasados y no permitir que nos paralicen.

La confianza en uno mismo es la llave para desbloquear el potencial. Determinación y perseverancia son armas más poderosas que cualquier barrera. Nunca subestimemos nuestro poder; siempre poseemos más fuerza de la que imaginamos. El verdadero valor se mide por la capacidad de levantarnos tras cada caída.

El viaje es tan importante como la meta final; disfrutar el camino y aprender de cada experiencia enriquece nuestra existencia. La verdadera grandeza reside en construir y crear, no en destruir. Evitar el lamento por lo inmutable nos permite enfocarnos en acciones positivas. Atrévete a enfrentar el miedo, tomar riesgos y perseguir sueños.

El mayor desafío a veces es controlar las limitaciones internas. Aunque seamos poderosos, necesitamos de otros para alcanzar el éxito. El verdadero poder está en dominarnos a nosotros mismos, no a los demás. Busquemos soluciones en lugar de excusas y cultivemos la paz encontrando armonía en medio del caos.

Cada individuo tiene su propio camino y tiempo para brillar; la comparación es innecesaria. Confiemos en nuestros instintos, guías seguras en el camino correcto. No permitamos que el pasado defina nuestro presente; cada día es una oportunidad para reinventarnos. Caer no es el fin, sino levantarse una vez más.

El coraje real no es la ausencia de miedo, sino avanzar a pesar de él. En los momentos más oscuros, la esperanza persiste y puede encender una llama inextinguible. La verdadera fuerza radica en amar y proteger a los demás. No olvidemos disfrutar el presente; la vida es corta para vivir constantemente enfocados en el futuro.

La dualidad entre el bien y el mal, representados por D-os y el oponente, respectivamente. Nos lleva a las siguientes reflexiones:

1. **Condena y Adaptación:**
    - La idea de que todos están condenados (por cierto es incorrecta) alude a la noción de pecado o errores en la vida. Adaptarse es la aceptación de la realidad y la disposición a aprender de las experiencias.
2. **Oferta del Oponente:**
    - La figura del oponente presenta una oferta intrigante. El oponente siempre nos hará pensar que tiene un gran potencial y fuerza sobre nosotros, nos dará la tentación de seguir un camino más oscuro.
3. **Venta del Alma:**
    - Incluso hay gente que piensa que puede vender su alma, también es un tema recurrente en la literatura y la mitología, y pero debo decirte que es un mal negocio, debido al siguiente punto.
4. **Pertenencia a Dios:**
    - El alma no puede venderse porque no nos pertenece y pertenece a D-os sugiere una perspectiva espiritual. La luz divina es un "espíritu universal" conecta todas las cosas y enfatiza la importancia de comprender la propia identidad en relación con un poder más grande.
5. **Errores y Aprendizaje:**
    - La idea de que cometeremos errores en el camino, su importancia radica en aprender de ellos. La apertura del corazón y la mente es clave para comprender quiénes somos y cuál es nuestro propósito.

Nosotros somos parte de la guerra en D-os y la oscuridad, quitar el deseo de recibir solo para nosotros mismos es como vencemos al ego con la fuerza de compartir, de los contrario nosotros(as) no vivimos la vida plenamente sino que el ego es el que vive nuestra vida y somos lo que factores externos a nuestro verdaderos no moldeen a su antojo en lugar de moldearnos a nosotros(as) mismos(as), todos somos parte de la luz infinita de D-os en mayor o menor porción somos como gotas en un inmenso mar, pero cada gota tiene las mismas propiedades del más, de igual manera cuando llegamos a este mundo somos iguales a la luz infinita solo que a veces serramos nuestra vasija y nos perdemos en el dolor, sufrimiento y autoconmiseración, es decir nos vilvemos pesimistas y egoístas.

¿Qué es una persona?

Desde un punto de vista filosófico es un ser racional y consciente, capaz de razonamiento y autoconciencia. En el cual destacan aspectos emocionales, éticos o espirituales al definir lo que constituye a una persona.

Biológicamente, es un organismo con características genéticas y anatómicas. En términos científicos, la identificación de una persona se basa en su material genético. Puede ser definida en términos de su pertenencia a una sociedad. Se le atribuyen roles y funciones sociales, y su identidad puede estar influenciada por factores culturales, históricos y sociales.

Psicológicamente, es un individuo con una mente consciente, pensamientos, emociones y la capacidad de interactuar con el entorno. La personalidad, la cognición y el comportamiento son lo que hace a una persona única.

¿Qué es la realidad?

Desde una perspectiva realista, es independiente de la mente y existe objetivamente. Las cosas existen tal como son, independientemente de si son percibidas o no por un observador, es ahí donde debemos de poner en duda nuestros sentidos y mecanismos para observar y comprender la realidad.

Los idealistas argumentan que la realidad es creada o influenciada por la mente. Pero la realidad tiene una existencia dependiente de la percepción y la conciencia.

En la física y las matemáticas, se estudia a través de modelos y teorías que describen el comportamiento del universo. La teoría cuántica, por ejemplo, plantea cuestiones sobre la naturaleza fundamental de la realidad, incluida la dualidad partícula-onda y la influencia del observador en el resultado de un experimento.

Desde la perspectiva de la neurociencia, la realidad puede ser vista como la interpretación que el cerebro hace de la información sensorial. La percepción y la experiencia subjetiva influyen en cómo cada individuo experimenta y entiende la realidad. Pero que tan real o que parte de la realidad es real o es una interpretación de la realidad de manera que su abstracción la vuelva comprensible para nosotros.

Algunos enfoques contemporáneos, como la teoría de la información, sugieren que la realidad puede entenderse como información. La realidad es la información procesada y organizada de manera significativa.



Desde una perspectiva pragmática, se puede entender en términos de lo que es útil y funcional en la práctica. Lo que funciona y tiene consecuencias medibles y predecibles se considera parte de la realidad.

Somos materia e información organizada con la facultad de interpretar la realidad forma objetiva o subjetiva de forma limitada por nuestros sentidos, si describimos a una persona como una computadora el cuerpo humano sería equivalente al hardware que incluye todos los componentes físicos, como el cerebro (CPU), los órganos sensoriales (teclado, ratón, micrófono, cámara) y el sistema nervioso (conexiones y circuitos).

Pero aunque nacemos con un sistema operativo ya preprogramado el cual se alimenta de la información de nuestra experiencia de la realidad (ego), la mente humana es la parte que coordina y gestiona las funciones del hardware. La mente controla el pensamiento, las emociones y las acciones, de manera similar a cómo un sistema operativo controla las operaciones de una computadora.

Los programas y aplicaciones instalados en una computadora serían similares al conocimiento y las experiencias acumuladas por una persona. Estos programas representan las habilidades, la educación y las experiencias que forman la base de las decisiones y acciones humanas, pero aquí es donde surge el problema del ego porque a veces es más fácil utilizar los programas que hicieron otros a crear los propios, cuando solo estamos actualizándonos con los programas de otros, es decir cambiamos o actuamos de acuerdo a las instrucciones que otros nos dan, es parte del ego buscamos pertenecer a un grupo o sistema por medio de su validación y aceptación sin importarnos dejar de ser nosotros mismos.

Nuestra evolución es como la capacidad de procesamiento de datos en una computadora se asemejaría a la capacidad cognitiva de una persona. Tanto la computadora como la mente humana pueden recibir, interpretar y responder a información, ya sea a través de la entrada de datos o la percepción sensorial.

La memoria de una computadora se compara con la capacidad de almacenamiento de la memoria humana. Tanto en una computadora como en una persona, la información se almacena para su recuperación posterior.

Las redes y conexiones en una computadora pueden ser similares a las relaciones sociales de una persona. Ambos implican la comunicación y el intercambio de información, ya sea entre dispositivos electrónicos o entre individuos.



Las actualizaciones de software en una computadora podrían compararse con el proceso de aprendizaje en una persona. Ambos implican la adquisición de nuevos conocimientos y la mejora de las habilidades con el tiempo.

Al igual que una computadora en la mente y en el cuerpo de manera análoga, ocurren errores y fallas en una a las limitaciones y desafíos que enfrentar. Ambos pueden experimentar problemas y requieren soluciones para continuar funcionando de manera eficiente.

¿Que nos habilita para experimenta una realidad superior?

La Kabbalah sostiene que hay múltiples niveles de realidad y que el individuo puede acceder a dimensiones más elevadas de la existencia mediante la expansión de la conciencia.

El Árbol de la Vida representa las emanaciones divinas y las diferentes esferas llamadas sefirot. Cada sefirá representa un aspecto particular de la Divinidad, y ascender a través de estas esferas implica un acercamiento gradual a la conciencia divina. La percepción de estas esferas puede ser considerada como una expansión de la conciencia hacia dimensiones más elevadas.

La Kabbalah también relaciona el concepto de Ruach HaKodesh con la perceción del mundo espiritual, el cual se traduce comúnmente como el "Espíritu Santo" en algunas religiones. Este concepto implica una conexión directa con lo divino y la capacidad de recibir revelaciones y comprensiones espirituales elevadas. La percepción a través del Ruach HaKodesh puede considerarse como una forma de "sexto sentido" que va más allá de los cinco sentidos convencionales. Recordemos que el alma en la kabbalah está formada de luz y a su vez contiene la luz infinita que recibe de la emanación del creador.

Lo anterior se relaciona con la práctica del hitbodedut, que significa "aislamiento" en hebreo, el individuo busca una conexión directa con lo divino a través de la oración y la meditación solitaria. Este acto de retirarse a la soledad tiene como objetivo abrir la conciencia a dimensiones superiores y permitir una comunicación más directa con lo divino.

El desarrollo de la intuición como un medio para acceder a conocimientos más profundos y dimensiones superiores de la realidad. Se considera a menudo como un aspecto del "sexto sentido" que va más allá de la lógica y la razón convencionales.

¿Cómo percibimos la realidad?

Además de los cinco sentidos clásicos (vista, oído, gusto, olfato y tacto), existen otros sentidos y capacidades sensoriales que algunos científicos y expertos consideran como extensiones o variantes de los sentidos tradicionales. Aquí hay algunos ejemplos:

1. **Propiocepción:**
   - Este sentido proporciona conciencia sobre la posición y el movimiento de las partes del cuerpo. Permite que una persona perciba la ubicación de sus extremidades sin necesidad de verlas.
2. **Equilibrioceptión:**
   - Relacionado con el oído interno, este sentido contribuye al equilibrio y la orientación espacial.
3. **Termoceptores:**
   - Detectan cambios de temperatura y nos permiten percibir el calor y el frío.
4. **Nocicepción:**
   - Es la capacidad de percibir el dolor y las sensaciones dañinas. Ayuda a alertar al cuerpo sobre posibles lesiones.
5. **Sentido del tiempo:**
   - Nos permite percibir la duración y secuencia de los eventos.
6. **Sentido de la dirección:**
   - Contribuye a la orientación y la capacidad de reconocer direcciones cardinales.
7. **Sentido magnético:**
   - Algunos animales tienen la capacidad de detectar campos magnéticos para la navegación.
8. **Sentido de la sed y el hambre:**
   - La capacidad de percibir la necesidad de agua y alimentos.
9. **Sentido de la presión:**
   - Permite detectar la presión ejercida sobre la piel.
10. **Sentido del espacio:**
    - Contribuye a la percepción tridimensional y la relación con el entorno.

Es importante señalar que la identificación y clasificación de estos sentidos pueden variar, y algunos expertos pueden considerar algunas capacidades como subdivisiones de los cinco sentidos principales. La investigación en neurociencia continúa expandiendo nuestro entendimiento de la complejidad de la percepción sensorial.

La conciencia es un estado mental que implica la capacidad de percibir, sentir, experimentar y tener conocimiento de uno mismo y del entorno. Es la facultad que nos permite ser conscientes de nuestras experiencias, pensamientos, emociones y acciones. La conciencia no se limita solo a la autoconciencia, es decir, saber quiénes somos, sino que también involucra la consciencia del mundo que nos rodea.

En un sentido más amplio, la conciencia abarca la capacidad de procesar información, tomar decisiones, recordar eventos pasados y proyectar el futuro. Este estado mental está estrechamente relacionado con la percepción, la atención y la cognición. La conciencia puede variar en niveles y calidad, desde un estado de vigilia y alerta hasta estados alterados de conciencia, como los experimentados durante el sueño, la meditación o bajo la influencia de sustancias.

Es importante destacar que la naturaleza exacta de la conciencia sigue siendo un misterio en muchos aspectos, y su comprensión plena es un tema complejo y fascinante en la filosofía, la psicología y la neurociencia

El Dr. Jacobo Grinberg aborda la complejidad de definir la conciencia y expone una técnica de meditación que utiliza la observación como herramienta para alcanzar niveles más profundos de conciencia. Vamos a analizar este concepto desde diferentes perspectivas (Grinberg, 2016).

En primer lugar, Grinberg destaca la dificultad de definir la conciencia, sugiriendo que va más allá de cualquier definición y que si se pudiera definir, estaría limitada. Esta idea refleja la naturaleza elusiva y compleja de la conciencia, que no se puede reducir fácilmente a términos conceptuales.

Explora la conciencia desde la perspectiva de la observación. Propone que el observador, al adoptar una posición de testigo de sus pensamientos, emociones, cuerpo y entorno, puede trascender la identificación con estos elementos y experimentar un estado de conciencia más elevado. La técnica de observar la respiración y luego extender esa observación a otros aspectos de la experiencia parece ser una estrategia para entrenar la mente en la atención plena y la trascendencia de la identificación con los pensamientos y las sensaciones.

Grinberg también enfatiza que la observación implica aceptar sin juicio lo que surge en la conciencia. Este enfoque es coherente con prácticas de meditación y mindfulness que promueven la aceptación incondicional de los pensamientos y sentimientos sin reaccionar emocionalmente ante ellos.

Además, sugiere que a través de la observación simultánea de diferentes aspectos de la experiencia, se puede llegar a un estado donde desaparecen las concepciones previas de uno mismo. Este umbral, según Grinberg, lleva a una conexión con algo más allá de las ideas preconcebidas de identidad y más cerca de la realidad esencial.

Desde una perspectiva fisiológica, Grinberg menciona la base de este umbral, señalando un cambio en el sentido de la conciencia. Sin embargo, deja claro que este cambio no implica querer o no querer, ni una conciencia del amor, sino más bien una realidad inmutable.

Jacobo Grinberg ofrece una perspectiva interesante sobre la conciencia y cómo la práctica de la observación puede ser una herramienta para trascender las limitaciones conceptuales y experimentar niveles más profundos de la realidad. Su enfoque en la aceptación y la observación simultánea destaca la importancia de desidentificarse de los pensamientos y emociones para acceder a un estado de conciencia más elevado.

La percepción de la realidad como el ejemplo de los colores, podemos citar como la tribu Mundari en África, experimenta la religión y los colores de manera diferente a la que acostumbramos en nuestra cultura.

En el corazón de Sudán del Sur, Amarna Miller descubre una comunidad fascinante: los Mundari. En su último viaje, esta comunidad, con un lenguaje intrincado y una cosmovisión única, se convierte en el telón de fondo de una exploración que va más allá de lo lingüístico para revelar conexiones profundas entre lo terrenal y lo divino (Miller A. , 2023).

A pesar de su autodenominación como cristianos, los Mundari abrazan una creencia singular: que las vacas son mediadoras con D-os. Esta conexión aparentemente mística entre lo sagrado y los animales revela un sincretismo fascinante. Aquí, el poder del lenguaje se manifiesta no solo como un medio de comunicación, sino como una fuerza que teje la trama de la realidad espiritual y terrenal de esta comunidad.

"Desde la primera hora del día hasta que cae el sol, los mundari viven por y para sus vacas. Al amanecer, los mundari realizan masajes con ceniza a su ganado, para así protegerlo de los mosquitos. Con este mismo propósito, los mundari utilizan la ceniza para cubrir su propia piel. Además, estos masajes permiten a los hombres comunicarse con sus antepasados y su D-os Ngun. En este sentido, los mundari, gracias a los masajes, canalizan la energía a través de sus vacas, que sirven como médiums. Como dato curioso, a día de hoy, algunos mundari se consideran cristianos, y se comunican con Cristo a través de las vacas" (Ruiz Golobart, 2023).

El proyecto de Amarna Miller de aprender frases útiles en el idioma Mundari se convierte en una odisea lingüística que desentraña capas de complejidad cultural. La dualidad de los Mundari, que se definen como cristianos mientras atribuyen a las vacas un papel divino, refleja la riqueza de su cosmovisión. El lenguaje, en este contexto, no es solo una herramienta de comunicación; es un vehículo para expresar creencias arraigadas y complejas.

La experiencia de Amarna al descubrir la riqueza de términos que los Mundari tienen para describir los colores de las vacas resalta la profunda conexión entre el lenguaje y la realidad que lo rodea. Cada matiz, cada combinación de colores en el cuerpo de una vaca, se traduce en palabras distintas. Esta riqueza léxica no solo refleja su aguda observación del entorno, sino que también revela cómo el lenguaje se convierte en un reflejo preciso y vívido de su realidad.

La carencia de una palabra específica para el color morado despierta un fascinante diálogo sobre la relación entre el lenguaje y la percepción cultural. El proceso deliberativo y creativo para otorgar un nombre a un color aparentemente desconocido demuestra que el lenguaje no solo refleja la realidad, sino que también la construye. En este acto, el poder del lenguaje se manifiesta como una herramienta de co-creación cultural.

Al preguntar a los Mundari sobre el color morado ellos no lo conocían, esto produjo la reunión en la aldea para discutir y acordar la palabra que describiría el color morado revela la importancia del lenguaje como forjador de identidad cultural. El lenguaje se convierte en un crisol donde las experiencias, las creencias y las realidades se funden para crear significado. La travesía lingüística de Amarna Miller destaca cómo el lenguaje no solo es un medio de comunicación, sino una expresión vibrante de la complejidad humana y cultural.

Los Mundari tienen una forma única y detallada de definir los colores de las vacas. En lugar de tener palabras genéricas para colores como blanco o negro, los Mundari han desarrollado un sistema lingüístico que refleja la diversidad de combinaciones de colores en las vacas. Cada matiz y patrón en el pelaje de una vaca tiene su propia palabra específica, lo que muestra una apreciación detallada y precisa de la variabilidad de colores en su entorno.

Por ejemplo, Amarna menciona que hay cuatro palabras para describir el color blanco y negro, y la elección de la palabra específica depende de la disposición y distribución de estos colores en el cuerpo de la vaca. Los ojos negros y las manchas en el cuerpo de una vaca negra con puntitos blancos, por ejemplo, se consideran colores distintos y tienen palabras diferentes en el lenguaje de los Mundari.

Este enfoque detallado para describir los colores de las vacas destaca la conexión profunda entre el lenguaje de los Mundari y su entorno natural. El lenguaje no solo cumple la función de comunicación, sino que también refleja y codifica la riqueza de su experiencia en el trato diario con el ganado. Esta relación intrincada entre el lenguaje y la observación detallada del mundo que los rodea revela cómo la cultura y la lengua están entrelazadas de manera única en la comunidad Mundari.

La denominación de colores de las vacas entre los Mundari es muy diferente a la de cualquier otra sociedad humana, no se puede identificar directamente qué niveles de lenguaje se utilizan o no para denominar el color de cada vaca en este contexto específico. La información proporcionada se centra más en la relación entre los Mundari, sus creencias, prácticas culturales y la importancia de las vacas en su cosmovisión.

Sin embargo, podemos hacer algunas inferencias basadas en la información general sobre la comunidad Mundari:

1. Peshat (Nivel Literal): Si la descripción de los colores de las vacas se presenta de manera directa y simple, utilizando términos concretos para referirse a los colores, entonces se estaría utilizando el nivel Peshat.
2. Remez (Nivel Alegórico): Si las descripciones de los colores de las vacas sugieren significados más profundos o simbólicos, relacionando los colores con aspectos espirituales o divinos, entonces se estaría utilizando el nivel Remez.

3. Drash (Nivel Midráshico o de Explicación): Si se proporcionan interpretaciones y explicaciones adicionales sobre el significado de los colores de las vacas, ampliando su importancia cultural o espiritual, entonces se estaría utilizando el nivel Drash.
4. Sod (Nivel Esotérico o Místico): Si se revela un significado más profundo y oculto de los colores de las vacas, especialmente en relación con la creencia de que las vacas son mediadoras con D-os, entonces se estaría utilizando el nivel Sod.

Esto ilustra el uso de los cuatro niveles de lenguaje, para los Mundari es más que un instrumento de comunicación. Es un testimonio del poder transformador que tiene para dar forma a las creencias, la identidad y la comprensión del mundo. En la intersección de lo cotidiano y lo misterioso, se constituye como un puente que conecta lo terrenal con lo divino, encapsulando la riqueza y la profundidad de la experiencia humana.

La diferencia general en la percepción de los colores entre culturas es diversa si comparamos nuestra cultura en el español la experiencia de la conciencia es muy distinta:

La descripción de los Mundari se centra en su conexión única con las vacas y en cómo esta relación forma parte de su cosmovisión, tienen una riqueza léxica para describir los colores de las vacas, lo que podría sugerir una apreciación detallada de las variaciones de colores en su entorno, pero existen colores que no conocen ya están algo aislados en su comunidad.

En el idioma español, la percepción de los colores a menudo está influenciada por la ciencia, la psicología y la estética. Existen estudios sobre cómo los colores pueden afectar las emociones y cómo se utilizan en el diseño y la publicidad para transmitir mensajes específicos. Además, tiende a tener una paleta de colores estandarizada y simbolismos asociados a ciertos colores, aunque esto puede variar en diferentes contextos y subculturas.

La definición de la conciencia en la cultura Mundari, se destaca la importancia de la observación y la conexión con algo más allá de las ideas preconcebidas de identidad. La práctica de observación parece tener un papel significativo en la percepción de la realidad esencial.

Mientras que en los países de habla hispana, la definición de la conciencia puede variar según la perspectiva filosófica, psicológica o científica. La conciencia a menudo se asocia con la capacidad de tener experiencias subjetivas, de ser consciente del entorno y de sí mismo. En las prácticas contemporáneas, la meditación y el mindfulness, similares a las mencionadas en la descripción de Grinberg, también han ganado popularidad en la cultura occidental como herramientas para desarrollar la conciencia y la atención plena.

Lo más destacable es la importancia de la observación y la conexión con algo más allá de las ideas preconcebidas en ambas perspectivas, sugiriendo similitudes en la búsqueda de niveles más profundos de realidad y conciencia.



Lera Boroditsky es investigadora y profesora en el campo de la ciencia cognitiva, destaca la fascinación por la investigación de cómo el lenguaje influye en la forma en que percibimos el mundo. Lera, profesora de ciencia cognitiva en la Universidad de California, San Diego, revela su interés en comprender cómo adquirimos inteligencia y procesamos la información a través del fenómeno complejo del lenguaje (Boroditsky, 2021).

Explica desde una perspectiva científica cómo las palabras no son entidades aisladas, sino que están interconectadas en nuestra mente con recuerdos y emociones. Destaca cómo el lenguaje puede influir incluso en el funcionamiento del cuerpo, utilizando el ejemplo poderoso del placebo y la intervención verbal como una herramienta terapéutica.

La esencia de la investigación de Lera radica en la pregunta fundamental: ¿cómo evoluciona la mente humana desde simples estímulos físicos hasta la creación de mundos mentales complejos? La herramienta mágica que destaca es el lenguaje, que no solo comunica, sino que también actúa como un sistema para el pensamiento y su desarrollo.

El estudio sobre la percepción del color en diferentes idiomas revela cómo la lengua afecta nuestra capacidad para distinguir y recordar ciertos aspectos del entorno. La conexión entre el lenguaje y la percepción va más allá, influyendo en la forma en que concebimos el tiempo y el espacio, como ilustra el ejemplo de una comunidad aborigen en Australia, como afirma Lera: *"Ahora mismo la palabra "tiempo" es la más utilizada por los angloparlantes. Hay una obsesión con el tiempo. El motivo por el que me llamó tanto la atención cómo conciben el espacio y el tiempo es que, cuando hablan sobre el espacio, no utilizan palabras como "derecha" o "izquierda". No dicen cosas como: "En la siguiente calle, gira a la izquierda". En su lugar, todo está al norte, al sur, al este y al oeste. En algunas lenguas como esta, se habla incluso de las partes del cuerpo utilizando los puntos cardinales. Tienes una mosca en el zapato noroeste". Y, si te movieras, yo tendría que recalcular y decidir en qué dirección está ahora. Los hablantes de estas lenguas siempre tienen que estar orientados mucho mejor de lo que creíamos que el ser humano era capaz"* (Boroditsky, 2021).

Lera explora cómo la diversidad lingüística afecta las relaciones interpersonales y la construcción de categorías. Destaca la influencia del género en la lengua y cómo las categorías lingüísticas pueden simplificar en exceso la complejidad de las experiencias humanas, llevando a generalizaciones injustas y estereotipos. Un área destacada de la investigación de Lera se centra en el impacto social del lenguaje, particularmente en el contexto de debates sobre la inmigración. El lenguaje deshumanizante utilizado en discursos públicos puede influir en la percepción de los inmigrantes y justificar comportamientos inhumanos.

La complejidad del ser humano se manifiesta en su capacidad para comunicarse, pero ¿es posible alcanzar una comunicación perfecta? Al abordar esta pregunta explorando la influencia del lenguaje en nuestro cerebro y cómo moldea nuestra percepción del mundo.



Nuestra lengua materna, el entorno en el que crecemos y nuestras experiencias forman el tejido de nuestra comunicación. Sin embargo, a pesar de estas variadas influencias, hacen que la comunicación perfecta sea una ilusión. La cita de George Bernard Shaw, "El mayor problema de la comunicación es la ilusión de que ha tenido lugar," resuena como un eco de nuestras propias experiencias. A menudo creemos que hemos expresado claramente nuestras ideas, solo para encontrarnos con malentendidos.

La imperfección inherente al lenguaje y al cerebro humano, sin embargo, es fundamental para nuestra capacidad de lograr grandes cosas. La diversidad de las aproximadamente 7000 lenguas existentes demuestra el ingenio humano al crear sistemas complejos y flexibles. Estos sistemas están en constante evolución, adaptándose a nuestras necesidades cambiantes.

La noción de "realismo ingenuo" destaca cómo asumimos que percibimos el mundo objetivamente, sin reconocer las influencias culturales y lingüísticas en nuestra interpretación. Boroditsky ilustra esto con el humor de George Carlin, por ejemplo al conducir un automóvil, todos nos consideramos conductores competentes y lo demás no cuando tenemos un percance, revelando nuestra tendencia a pensar que nuestra perspectiva es la correcta.

El aprendizaje de una segunda lengua, según Boroditsky, no solo modifica nuestro cerebro, sino que también nos transforma como individuos. La fluidez en diferentes idiomas abre nuevas puertas a experiencias, conectándonos con diversas culturas y formas de pensar. La sensación de ser diferente al hablar diferentes idiomas es común entre los bilingües, pero entender exactamente por qué es desafiante.

La integración de dos idiomas en el cerebro no sigue un patrón uniforme. Aquellos que aprenden dos idiomas desde una edad temprana tienden a tener capas intercaladas en el cerebro, mientras que aquellos que aprenden uno después del otro tienen representaciones más distintas. La influencia del primer idioma, la práctica frecuente y lo más reciente determinan cuál idioma predomina en un momento dado (Boroditsky, 2021).

Esta reflexión nos invita a pensar sobre la compleja interacción entre el lenguaje, el cerebro y la percepción humana. Aunque la comunicación perfecta sea inalcanzable, nuestra capacidad para comprender y aprender a través de la imperfección del lenguaje es lo que impulsa la diversidad y la complejidad de la experiencia humana.

Regresando al tema de la observación como una herramienta para trascender las limitaciones conceptuales y experimentar niveles más profundos de la realidad, tiene implicaciones significativas en la forma en que se entiende y se relaciona con el ego. Aquí hay algunas maneras en las que esta perspectiva puede influir en el ego:

1. **Desidentificación con los pensamientos y emociones:** La práctica de observar la propia mente desde una posición de testigo implica separarse de la identificación

directa con los pensamientos y emociones. El ego a menudo está fuertemente ligado a la identificación con la mente y sus contenidos. Al observar sin juicio y aceptar lo que surge en la conciencia, se debilita la conexión entre el ego y la corriente constante de pensamientos y emociones.

2. **Aceptación incondicional:** La idea de aceptar sin juicio lo que surge en la conciencia también afecta al ego. El ego tiende a categorizar experiencias como buenas o malas, lo que puede llevar a la identificación con ciertos aspectos y la resistencia a otros. Practicar la aceptación incondicional implica liberarse de estas categorías, lo que puede minar la rigidez del ego.
3. **Conexión con algo más allá de la identidad:** La sugerencia de que a través de la observación simultánea de diferentes aspectos de la experiencia se puede llegar a un estado donde desaparecen las concepciones previas de uno mismo tiene implicaciones directas en el ego. El ego a menudo se construye sobre concepciones específicas de la identidad. Al llegar a un estado más allá de estas concepciones, se puede experimentar una conexión con algo más profundo y esencial que va más allá de las construcciones egoicas.
4. **Trascendencia de las limitaciones conceptuales:** La idea de trascender las limitaciones conceptuales sugiere que el ego, que a menudo se basa en construcciones mentales y conceptuales, puede expandirse más allá de sus límites habituales. Esto implica una apertura a nuevas formas de percibirse a sí mismo y al mundo, lo que puede tener un impacto en la flexibilidad y adaptabilidad del ego.

Una concepción de cómo la conciencia se relaciona con el ego y que me gustó mucho es la de la página nutrición-jl. Habla sobre cómo funciona la conciencia en el cerebro y cómo nuestra percepción de la realidad no siempre es igual a la realidad misma. Existen diferentes circuitos en el cerebro que se activan cuando estamos conscientes de nosotros mismos o de nuestro entorno. El primer circuito es el primitivo, que se desarrolló para la supervivencia y permite al cerebro analizar rápidamente la información relevante para la supervivencia física. El segundo circuito permite una interpretación más objetiva y racional de la realidad, y el tercer circuito permite una comprensión más profunda de la realidad y una sensación de unidad con el universo (nutriendo-jl.blogspot.com, s.f.).

El cerebro no genera la conciencia, sino que el nivel de conciencia determina qué partes del cerebro se activan en un momento dado. Los mecanismos de la conciencia han evolucionado con el tiempo y están en constante cambio. El circuito primitivo aún está activo y reacciona en función de las experiencias pasadas, incluso si no son relevantes para la situación presente (nutriendo-jl.blogspot.com, s.f.), yo lo relaciono con el subconsciente.

Este concepto sugiere que la conciencia no es algo que se origine directamente en el cerebro, sino que está vinculado con el nivel de conciencia, que luego influye en qué partes del cerebro se activan en un momento específico. Aquí hay una explicación más detallada:



1. **El cerebro como receptor de la conciencia:** En lugar de ver al cerebro como el creador de la conciencia, este enfoque propone que el cerebro actúa como un receptor o instrumento que permite la manifestación de la conciencia. La conciencia misma proviene de una fuente más allá del cerebro.
2. **La relación entre nivel de conciencia y activación cerebral:** La idea es que el nivel de conciencia de una persona determina qué áreas específicas del cerebro se activan en un momento dado. Diferentes estados de conciencia pueden corresponder a diferentes patrones de activación cerebral.
3. **Evolución y cambio de los mecanismos de la conciencia:** La afirmación de que los mecanismos de la conciencia han evolucionado con el tiempo sugiere que la conciencia no es estática, sino que ha cambiado a lo largo de la evolución. Esto podría referirse a la complejidad de la conciencia a medida que las especies evolucionan.
4. **Persistencia del circuito primitivo:** La mención del circuito primitivo que aún está activo hace alusión a la idea de que, a pesar de los avances en la conciencia a lo largo de la evolución, todavía conservamos ciertos aspectos primitivos en nuestra forma de procesar la información y reaccionar ante situaciones. Este circuito primitivo podría relacionarse con lo que comúnmente se conoce como el subconsciente.
5. **Influencia de experiencias pasadas:** La referencia a que el circuito primitivo reacciona en función de experiencias pasadas indica que nuestras vivencias anteriores, incluso si no son directamente relevantes para la situación actual, aún influyen en nuestra forma de procesar la información y responder a estímulos.

Esta representación sugiere que la conciencia es algo más grande que el cerebro y que evoluciona con el tiempo. Además, destaca la persistencia de ciertos circuitos primitivos y la influencia duradera de experiencias pasadas en nuestra percepción y procesamiento de la realidad.

¿Los recuerdos son parte de la experiencia y observación del entorno?

Una investigación de John E. Mack sobre los casos de abducción extraterrestre, centrándose en la idea de que algunos individuos pueden reinterpretar traumas infantiles, como abusos, a través de la lente de experiencias de abducción alienígena. Aquí hay un análisis detallado (Salfate & Lama, 2023):

1. **El Proceso de Entrevistas:**
   - Mack se enfrenta a la posibilidad de que las experiencias de abducción alienígena puedan ser interpretaciones simbólicas de traumas infantiles, como abusos. Considera que el cerebro podría generar falsos recuerdos para hacer más soportable la idea de eventos traumáticos.
2. **El Cambio de Enfoque:**
   - Mack cambia su enfoque durante las entrevistas, evitando preguntas sugestivas sobre extraterrestres y naves espaciales. Se da cuenta de que las

personas comparten experiencias similares bajo hipnosis, independientemente de la presencia de elementos tradicionalmente asociados con abducciones.

3. **Teoría de Desarraigamiento Emocional:**
   - Mack desarrolla la teoría de que, en lugar de abducciones físicas, las personas podrían estar recordando el trauma del nacimiento. Sugiere que en tiempos de desarraigo emocional, las personas podrían reinterpretar estas experiencias de manera simbólica.
4. **Experiencias Sistemáticas:**
   - Destaca que algunos individuos son secuestrados sistemáticamente a lo largo de sus vidas, lo que va en contra de la idea de un falso recuerdo simplista. La teoría de Mack sostiene que estas personas son objeto de un estudio continuo por parte de los presuntos ocupantes de OVNIs.
5. **Dibujos y Consistencia en los Relatos:**
   - Mack muestra dibujos realizados por individuos abducidos, destacando la consistencia en los rasgos de los seres descritos, a pesar de la diversidad de las personas entrevistadas. Se señala que esto no puede explicarse únicamente como un fenómeno psicológico individual.
6. **Uso de Imágenes Engañosas:**
   - Se menciona la táctica de Bud Hopkins, otro investigador de abducciones, de mostrar imágenes a los niños para inducir respuestas sobre las características de los supuestos extraterrestres. Esto plantea la posibilidad de influencia externa en las descripciones.
7. **Desafío a la Teoría del Recién Nacido:**
   - La teoría inicial de Mack, que sugiere que las experiencias de abducción podrían ser interpretaciones simbólicas del trauma del nacimiento, comienza a fallar a medida que se acumulan casos de abducción sistemática y consistencia en los relatos.
   - Prosiguiendo con el análisis teórico, emerge una perspectiva notable. Observemos detenidamente el planteamiento. ¿Es consciente de lo que parece acontecer en este contexto? En estos tiempos de desarraigo emocional, se aborda un aspecto que ha sido objeto de estudio por Stanislav Grof, reconocido terapeuta transpersonal. Sus experiencias previas con sustancias lisérgicas, aunque posteriormente prohibidas, le condujeron a desarrollar un sistema de respiración holotrópica. Este enfoque se centra en regresar a estados de conciencia específicos.

     La premisa es que las personas, inmersas en el proceso de recordar el momento de su nacimiento como un evento traumático, están reconectándose. De manera similar a lo que hemos discutido en estudios actuales, se explora la posibilidad de que, durante situaciones como intervenciones quirúrgicas con anestesia o experiencias cercanas a la muerte, individuos logren separarse del cuerpo y observar retrospectivamente los eventos en el entorno hospitalario.



Consideremos la hipótesis de que un recién nacido, sin consciencia ni experiencia, al enfrentar sus primeros segundos de vida, pueda, a través de su cerebro, reconocer un entorno quirúrgico y verse a sí mismo identificándose con la figura de extraterrestres cabezones y pequeños. ¿Es comprensible? ¿Acaso los ojos negros desempeñan un papel significativo en esta percepción?

Se plantea la posibilidad de que lo que las personas están recordando como un secuestro traumático, donde son sacadas de su entorno cómodo, ya sea el vientre materno o el útero, se interprete como un estado de perfección absoluta denominado "ataraxia" tendencia a la calma y la imperturbabilidad. Este estado, asociado con una dicha inigualable, se experimenta durante los primeros momentos de vida, recibiendo alimento, flotando en un estado de ensoñación perfecto y autodisfrute.

En este contexto, se expone que las experiencias de ser sacado, llorar, ser impactado por luces y gritar constituyen, en realidad, la bienvenida al mundo. La interpretación sugiere que estas memorias se están configurando como pasajes por un centro médico durante el nacimiento. Este análisis, aunque cauteloso en su aceptación, presenta una conclusión sugerente, abierta a nuevas perspectivas.

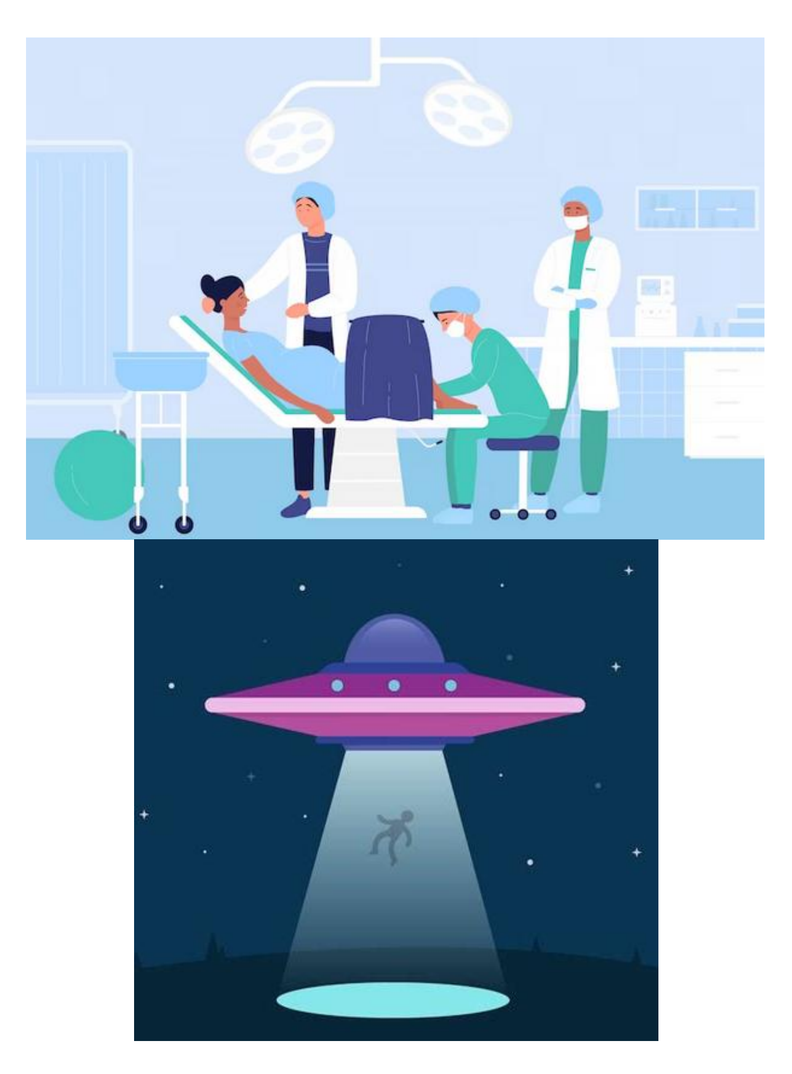
8. **Observaciones sobre los Ojos de los Seres:**
    - Se destaca la observación de que los dibujos y descripciones de los seres extraterrestres a menudo representan ojos negros, pero algunos individuos señalan que hay una parte blanca en el centro, lo que contrasta con la típica representación de los ojos de los grises.

Aunque las experiencias de abducción extraterrestre y el nacimiento son fenómenos muy distintos desde un punto de vista científico y médico, algunos investigadores han propuesto analogías o similitudes. Es importante destacar que estas comparaciones no cuentan con respaldo científico robusto y son teorías especulativas que se encuentran en el ámbito de la ufología y la psicología transpersonal. Aquí algunas similitudes que algunos investigadores han planteado:

1. **Luces y Sensaciones Luminosas:** Algunas personas que han experimentado abducciones relatan encuentros con luces intensas y destellos durante el evento. Se ha sugerido que estas experiencias podrían relacionarse con la intensa luz experimentada durante el parto, cuando un bebé es expuesto a la iluminación en la sala de partos.
2. **Sensación de Levitación o Flotación:** En ambas experiencias, algunos individuos describen la sensación de ser levantados o flotar. Durante una abducción, esto se atribuye a la supuesta manipulación por parte de seres extraterrestres. En el caso del nacimiento, se especula que los recién nacidos pueden percibir la sensación de flotar mientras son movidos a través del canal de parto.



3. **Sensación de Desconexión o Pérdida de Control:** Tanto las abducciones como el nacimiento pueden generar sensaciones de desconexión y pérdida de control. En una abducción, se dice que los individuos son llevados en contra de su voluntad. En el nacimiento, el bebé puede experimentar sensaciones de presión y movimiento que podrían interpretarse como pérdida de control.
4. **Recuerdos Fragmentados o Distorsionados:** En ambas experiencias, las personas a menudo informan recuerdos fragmentados o distorsionados. Se sugiere que la memoria de los eventos relacionados con abducciones extraterrestres podría ser interpretada erróneamente, y lo mismo podría aplicarse a los recuerdos del nacimiento, especialmente si se accede a ellos a través de técnicas como la hipnosis regresiva.



(@topconcept, s.f.) (@freepik, s.f.)

Es crucial señalar que estas analogías no tienen base científica y son objeto de debate en la comunidad académica. La ufología y la psicología transpersonal son campos que a menudo carecen de respaldo empírico sólido, y las interpretaciones de las experiencias

individuales pueden variar ampliamente. Cualquier comparación entre abducciones extraterrestres y el nacimiento debe ser abordada con escepticismo y reconocimiento de la falta de evidencia científica que respalde tales analogías.

Lo que se ha discutido en el chat anterior aborda la perspectiva de algunos investigadores y terapeutas, como John E. Mack y Stanislav Grof, sobre la relación entre las experiencias de abducción extraterrestre y la conciencia. Aquí hay un resumen de los puntos clave:

1. **Trauma y Creación de Falsos Recuerdos:** Se mencionó la idea de que algunas personas podrían reinterpretar traumas, como el nacimiento, creando falsos recuerdos de abducciones extraterrestres. Stanislav Grof sugiere que el cerebro, al enfrentarse a traumas difíciles de procesar, podría inventar historias más complejas y adornadas para hacerlos más soportables.
2. **Experiencias de Nacimiento como Trauma Subyacente:** Grof propone que las experiencias de abducción podrían estar relacionadas con la memoria del nacimiento como un trauma subyacente. Se menciona la teoría de que la sensación de ser sacado del útero materno podría reinterpretarse como un secuestro por seres extraterrestres.
3. **Similitudes entre Abducciones y Experiencias de Nacimiento:** Algunas similitudes mencionadas incluyen la presencia de luces intensas, la sensación de levitación o flotación, la pérdida de control y los recuerdos fragmentados. Estas similitudes se presentan como analogías, y se destaca que estas interpretaciones no cuentan con respaldo científico sólido.
4. **Desarrollo de la Conciencia y Regresión:** Se menciona la hipótesis de que, en ciertos estados alterados de conciencia, las personas podrían recordar o reinterpretar eventos traumáticos, como el nacimiento. La hipnosis regresiva se ha utilizado para explorar estos supuestos recuerdos reprimidos.
5. **Teoría de Stanislav Grof sobre el Nacimiento como Estado de Ataraxia:** Grof sugiere que las experiencias de abducción podrían reinterpretarse como recuerdos de un estado de perfección absoluta, denominado "ataraxia", que se experimenta durante el nacimiento. Se describe este estado como un momento de felicidad extrema y bienestar.

Es esencial tener en cuenta que estas interpretaciones y analogías están en el ámbito de la especulación y la teoría, y no cuentan con un respaldo científico sólido. La relación entre las experiencias de abducción y la conciencia es un tema controvertido y no aceptado universalmente en la comunidad científica. La psicología transpersonal y la ufología a menudo carecen de métodos científicos rigurosos para respaldar estas interpretaciones.

Se sugiere que las experiencias de abducción alienígena podrían estar relacionadas con la reinterpretación de traumas infantiles, pero la consistencia en los relatos y la presencia de elementos compartidos entre diferentes personas desafían esta explicación simplista. La investigación de Mack se adentra en un terreno complejo que busca comprender la naturaleza de estas experiencias en profundidad.

La experiencia, observación, introspección y conciencia de un recién nacido es un tema fascinante y complejo que ha sido objeto de estudio y debate en la psicología y la neurociencia. Aquí se ofrecen algunas perspectivas basadas en la investigación y la comprensión actual:

1. **Experiencia y Observación:** Un recién nacido experimenta un entorno completamente nuevo al salir del útero. Los estímulos sensoriales, como la luz, los sonidos y las sensaciones táctiles, se vuelven más intensos. Los bebés pueden reaccionar a estos estímulos con respuestas físicas, como movimientos y gestos faciales. Aunque su capacidad para procesar información es limitada en comparación con la de un adulto, los bebés muestran respuestas a estímulos desde las primeras etapas.
2. **Introspección y Conciencia:** La introspección, que implica la reflexión interna sobre los pensamientos y sentimientos, se desarrolla gradualmente con la maduración cognitiva. Los recién nacidos no tienen una introspección consciente en el sentido en que los adultos lo experimentan. Su conciencia es más básica y centrada en las necesidades biológicas, como la alimentación, el sueño y la comodidad.
3. **Desarrollo de la Conciencia:** La conciencia, entendida como la capacidad de tener experiencias subjetivas, se cree que se desarrolla a lo largo del tiempo. En las etapas iniciales, los bebés pueden tener experiencias sensoriales y emocionales, pero la comprensión completa de estas experiencias y su integración en una conciencia más coherente evoluciona con el tiempo.
4. **Conexiones Emocionales:** Los bebés muestran la capacidad de conectarse emocionalmente con sus cuidadores desde el nacimiento. Pueden expresar alegría, incomodidad o malestar a través de expresiones faciales, gestos y llanto. Estas expresiones tempranas sugieren una forma básica de conciencia emocional.
5. **Desarrollo Cognitivo:** A medida que el bebé crece, se produce un desarrollo cognitivo significativo. Las interacciones con el entorno y las personas influyen en la formación de patrones de pensamiento y en la construcción de la conciencia. El desarrollo de habilidades cognitivas más avanzadas, como la memoria, la atención y la resolución de problemas, ocurre a lo largo de la infancia y la niñez.

Es importante tener en cuenta que la comprensión completa de la conciencia en los bebés sigue siendo un área activa de investigación, y los científicos continúan explorando cómo se desarrolla y se manifiesta la conciencia en las primeras etapas de la vida.

¿Cómo reflexión que experiencia te parece la más lógica, ocurren las abducciones extraterrestres o es un trama del momento que las personas que experimentaron cuando salieron de la comodidad del vientre?...

Volviendo a la Cábala ¿Qué Sephiroth nos ayudan a alcanzar los diferentes niveles de conciencia? ¿Cuáles sin estos niveles y mundos?

En la Cábala, los niveles de conciencia se relacionan con las sefirot, que son emanaciones divinas que representan diferentes aspectos de la realidad y la conexión con lo divino. Aquí están los niveles de conciencia en la Cábala junto con las Sefiroth asociadas:

1. **Asiyah (Acción):** Este nivel, asociado con el mundo físico y material, se conecta con la sefirah de Maljut, que representa la realeza y la manifestación concreta en el plano terrenal.
2. **Yetzirah (Formación):** En el nivel de formación, donde se exploran las formas más allá de la realidad física, se asocia comúnmente con la Sephiroth de Hod, Yesod y Netsaj, que representan la humildad, la capacidad de darle estructura a las cosas y la perseverancia.
3. **Beriyah (Creación):** El nivel de creación pura se vincula a menudo con las Sefiroth de Jésed, Tiferet y Gevurá, que representan la comprensión y la sabiduría divina que dan origen a la existencia.
4. **Atzilut (Emanación):** El nivel más alto, asociado con la emanación directa de la luz divina, se relaciona con las Sefiroth de Biná (Entendimiento), Jojmá (Sabiduría) y Kéter (Corona), que representan la conexión cercana con lo divino y la pura esencia de D-os.

Estos niveles y Sefiroth están interconectados, formando una estructura que guía la aspiración del individuo a ascender espiritualmente. La comprensión y la búsqueda de conexión con estas Sefiroth se consideran fundamentales para la comprensión de la naturaleza de la existencia desde la perspectiva de la Cábala.

¿Cuáles son los niveles de consciencia en cada uno de los Mundos Espirituales de la Cábala?

Cada nivel está asociado con un estado específico de conciencia que refleja la relación entre lo divino y lo material. A continuación, se describe cómo se perciben los niveles de conciencia en cada uno de los cuatro mundos:

1. **Atzilut (Emanación):**
   - **Nivel de conciencia:** La conciencia esencialmente está vinculada con la unidad divina. Aquí, la percepción se caracteriza por una conexión directa con la esencia de lo divino, sin filtros ni limitaciones. La conciencia en Atzilut experimenta la unicidad y la totalidad de la divinidad.
2. **Beriá (Creación):**
   - **Nivel de conciencia:** La conciencia comienza a tomar forma y distinción. Aquí, la percepción se amplía para abarcar la conceptualización y la formación de ideas. La conciencia en Beriá se asocia con la capacidad de comprender y concebir conceptos abstractos relacionados con la creación y la realidad.
3. **Yetzirá (Formación):**

- **Nivel de conciencia:** Implica una mayor materialización de la conciencia. Aquí, la percepción se extiende hacia la formación y la estructuración de la realidad. La conciencia en Yetzirá está relacionada con la capacidad de dar forma y estructura a las ideas, convirtiéndolas en manifestaciones más tangibles.

4. **Asiyá (Acción):**
    - **Nivel de conciencia:** La conciencia alcanza su nivel más bajo y próximo a la materialización completa. Aquí, la percepción se orienta hacia la acción y la realización concreta en el mundo físico. La conciencia en Asiyá se manifiesta a través de la interacción directa con la realidad material y las experiencias cotidianas.

En resumen, los niveles de conciencia en los cuatro mundos de la Cábala reflejan una progresión desde la unidad divina sin forma en Atzilut hasta la acción concreta en el mundo material en Asiyá. Cada nivel aporta una dimensión única a la conciencia, permitiendo una comprensión más profunda y completa de la relación entre lo divino y lo humano en el proceso de creación y manifestación. La práctica cabalística busca elevar la conciencia a través de estos niveles, facilitando así una conexión más íntima y significativa con la espiritualidad y la realidad última.

Explorar cómo se relacionan estos elementos en la Kabbalah es adentrarse en un entendimiento profundo y simbólico del universo y la existencia.

La Kabbalah es una sabiduría o ciencia que capacita a las personas para sentir y conocer una realidad superior.

En la siguienteimagen tenemos una representación del Mundo espiritual, otro el materia esto quiere decir que son realidades distintas, el ser humano es como una caja que tuene los sentidos como entradas , vemos que bi sabemos los procesos que ocurren en esa caja la ideas son resultado de la interacción con la realidad y su interpretación, estas ideas cuando están el árbol de la vida equlobrado se vonvierte ideas que pueden ser materializadas la que no regresan a la caja negra y muchas permanecen en el subconsciente. Cuando estas ideas materializadas o acciones con equilibrio tenemos contacto indirecto con el mundo espiritual, de la emanación o Ein Sof por medio del sexto sentido que desarrollamos practicando la cábala, de lo contrario se convierten en nada y se quedan en la materia o se van al subconsciente, pero a veces salen y vuelven a regresan inconscientemente.

Cuando nosotros hacemos conexión con la luz divina por nuestras acciones se llena nuestra vasija pero cuando no lo hacemos por nuestros propios méritos se convierte en lo que llamamos pan de la vergüenza en Cábala

En la realidad hacemos un descenso desde la totalidad, es decir se hace un descenso desde una realidad total e interconectada a través de diferentes "mundos" espirituales hasta llegar a nuestro mundo físico.

Propósito de la Vida en esta cosmovisión se plantea que es crear un ser y llenarlo con un deleite ilimitado. Pero la Naturaleza de una Persona es como una caja Cerrada con Cinco Aberturas: En esta metáfora se utiliza el concepto de una "caja cerrada" para representar a una persona. Las cinco aberturas son los cinco sentidos: vista, oído, gusto, olfato y tacto.

La realidad que percibimos a través de estos sentidos está limitada por un programa llamado egoísmo este se encuentra dentro de la caja, que se centra en el beneficio propio y no permite la percepción de la realidad objetiva.

Para percibir la realidad espiritual y llenar nuestra vasija de luz infinita, se argumenta que es necesario desarrollar un "sexto sentido" que pueda ir más allá de la limitación del egoísmo.

Esto genera la aparición de un deseo especial llamado "punto en el corazón," que es un anhelo espiritual más allá de las necesidades corporales y materiales.

La idea de que en la espiritualidad, la cercanía o lejanía entre dos estados se basa en la similitud o diferencia de cualidades y propósitos.

La Kabbalah propone que cambiar la calidad interna de recepción egoísta a la calidad de otorgamiento es el camino para ascender espiritualmente y descubrir la realidad oculta, una Transformación Personal.

El Propósito de la Kabbalah es ser un método para permitir a las personas percibir la realidad espiritual, cambiando la naturaleza egoísta y desarrollando una equivalencia de forma con la cualidad de otorgamiento del Creador.

La Luz Infinita, u Or Ein Sof, es una representación de la esencia insondable de D-os. Es una luz que trasciende todos los límites y dimensiones, conectando y nutriendo toda la creación. La Luz Infinita es la fuente primordial de la existencia y está presente en cada rincón de los Cuatro Mundos. Su naturaleza infinita implica que no está limitada por las restricciones de tiempo y espacio, y su influencia fluye a través de todas las capas de la realidad.

La conciencia, en el contexto de la Kabbalah, se entiende como la capacidad del individuo para percibir y experimentar la realidad en sus distintos niveles. Se considera un reflejo de la Luz Divina que reside en cada ser humano. A medida que la conciencia se eleva, el individuo puede volverse más receptivo a la Luz Infinita y conectar con los Cuatro Mundos de manera más profunda.

La relación entre los Cuatro Mundos, la Luz Infinita y la conciencia se puede entender como una estructura jerárquica y dinámica. Los Cuatro Mundos representan niveles de manifestación y revelación divina, desde la materialidad hasta la emanación pura. La Luz Infinita actúa como el vínculo que conecta y nutre estos mundos, proporcionando la energía espiritual que impulsa la creación.

La conciencia, por su parte, actúa como el receptor y mediador entre los Cuatro Mundos y la Luz Infinita. A medida que la conciencia se expande y profundiza, el individuo puede elevarse a niveles superiores de percepción espiritual y conexión divina. La práctica de la meditación, la contemplación y otras técnicas espirituales en la Kabbalah busca elevar la conciencia para abrir canales hacia la Luz Infinita y los planos más elevados de la existencia.

La Luz Divina "Or Ein Sof" (la Luz Infinita), es considerada la fuente primordial de toda existencia. Esta luz fluye continuamente desde la divinidad y nutre la creación en todos sus niveles.

La conciencia es vista como el medio a través del cual los individuos pueden recibir y experimentar esa Luz Divina. En otras palabras, la conciencia humana es considerada una "vasija" que puede contener y canalizar la luz espiritual. A medida que la conciencia se expande y eleva, se vuelve más receptiva a la influencia divina, permitiendo una conexión más profunda con la esencia espiritual.

La práctica de la Kabbalah incluye diversos métodos, como la meditación y la contemplación, que buscan elevar la conciencia y abrir la vasija receptora para recibir la Luz Divina. Se cree que a través de estos esfuerzos espirituales, los individuos pueden fortalecer su conexión con lo divino y alcanzar niveles más elevados de percepción espiritual.

Los Cuatro Mundos, la Luz Infinita y la conciencia están intrínsecamente interconectados. Forman parte de un sistema espiritual que busca comprender la naturaleza divina y la relación entre lo trascendental y lo mundano. A través de la elevación de la conciencia, el individuo puede explorar y experimentar los distintos niveles de la creación divina, buscando la unión con la Luz Infinita que permea todo el cosmos según la perspectiva cabalística.

El ego es responsable de nuestra identidad y nuestra autoimagen, pero no es nuestro verdadero ser, sino nuestra conciencia corrompida, ya que el ego se desarrolla y puede ser influenciado por factores externos negativos de la cultura, la educación y las relaciones interpersonales. Aunque el objetivo de estos factores es influenciarnos de manera positiva, los humanos somos los que corrompemos estos sistemas sociales debido a nuestro ego.

Nuestras emociones pueden controlarnos si no las entendemos y aceptamos. Cuando reprimimos nuestras emociones negativas, podemos sentirnos mal y recurrir a medicamentos para sentirnos mejor. Sin embargo, solo aceptando y amando nuestras emociones podemos liberarnos y abrir otros circuitos de conciencia, para sentirnos bien. Es importante desarrollar una conciencia más profunda y compasiva para poder trascender las limitaciones de nuestro ego y tener una perspectiva más amplia y abierta hacia la vida. Esto puede requerir trabajo en uno mismo, como la meditación y la práctica de la introspección y la autoobservación.

De todo lo anterior, me recuerda un libro de Hawking donde cuenta que Einstein se preguntó cuántas opciones tenía D-os al crear el universo. Hawking pensaba que si creemos que no hay un límite en el universo, entonces D-os no tenía libertad para elegir cómo empezar. Sin embargo, D-os todavía podría haber elegido las reglas que el universo seguiría. Pero es posible que solo haya una o unas pocas teorías completas que permitan



la existencia de cosas complicadas como los seres humanos que pueden investigar el universo y preguntarse sobre D-os (Hawking, Capítulo: Conclusión).

¡Es increíble pensar que somos parte de un todo! El Creador nos diseñó con dos fuerzas que debemos equilibrar, dar y recibir. Si no lo hacemos, podemos entrar en crisis. Pero, ¡no hay que preocuparse! ¡Podemos encontrar la manera de unir estas fuerzas y alcanzar el equilibrio! Aunque a veces nuestros sentidos nos pueden engañar, ¡podemos seguir el camino correcto y encontrar el equilibrio que necesitamos! ¡Qué emocionante es saber que tenemos el poder de lograrlo!

¿Equilibrio de los niveles y las sefirot?

Si nosotros equilibramos las sefirot podemos alcanzar nuestro máximo potencial lo que me recuerda una enseñanza de mi maestro de Cábala:

"Si no hay equilibrio en Jésed y Gevurá, no puedes alcanzar y realizar tus sueños, porque si no logras equilibrar las sefirot, nunca podrás hacer el trabajo y las acciones necesarias en el momento preciso cuando se presenta una oportunidad, además de que no podrás alcanza tu máximo potencial, la luz de tu alma será poca, lo cual será notorio en tu alrededor".

Como hilos entrelazados en el telar del destino, estas esferas luminosas tejen el tapiz de tus sueños. Un equilibrio preciso, como el péndulo de un reloj celestial, es esencial. Porque si Jésed desborda en exceso, como un río sin cauce, la generosidad desmedida puede ahogar la semilla de tus anhelos.

En contraste, si Gevurá se impone con rigor implacable, la fuerza desmedida puede quebrar las alas de tus aspiraciones. El arte divino reside en equilibrar la danza de estas Sefirot, en fusionar la benevolencia con la determinación, como dos amantes que encuentran la armonía perfecta en su abrazo.

Cuando el equilibrio se pierde, las oportunidades se desvanecen como estrellas fugaces antes de que puedas alcanzarlas. Tus acciones, como danzarines erráticos, no sincronizan con la melodía del tiempo, y la oportunidad se desvanece en la bruma del quizás.

En este teatro cósmico, tu potencial es una estrella radiante que busca su cenit. Pero sin la gracia de Jésed y la fuerza de Gevurá en un abrazo armonioso, esa luz, esa esencia de tu alma, puede perderse en la vastedad de la oscuridad.

Observa bien, porque la falta de equilibrio se revela no solo en tus acciones, sino en la penumbra que te rodea. Una luz tenue, apenas un destello, indica la discordia en tu ser. Es un susurro en el viento, un eco en la eternidad, clamando por el retorno a la danza equilibrada de las Sefirot.

El mundo material y el Universo

En la Kabbalah, el concepto del 99% y el 1% (Benzaquen) se refiere a la idea de que el universo está compuesto por dos fuerzas opuestas y complementarias: la luz infinita y la materia. Se cree que el 99% representa la fuerza de la luz infinita, mientras que el 1% representa la materia lo que percibes con tus sentidos.

Esta idea se explica a través del Árbol de la Vida de la Kabbalah, en el que la fuerza de la luz infinita es representada por las nueve Sefirot superiores, mientras que la fuerza de la materia es representada por la Sefirá inferior de Maljut.

La Kabbalah explica el mundo no físico como una realidad que existe más allá de nuestra percepción sensorial y que se encuentra en un nivel más elevado de la existencia. El mundo no físico es una realidad más sutil y compleja que la realidad física, y se compone de diversas fuerzas y entidades que no son perceptibles por nuestros sentidos físicos.

En la Kabbalah, se cree que existen diferentes niveles o dimensiones del mundo no físico, que son habitados por seres y entidades espirituales que son más elevados que los seres humanos. El mundo no físico está gobernado por diferentes leyes y principios que no son los mismos que rigen el mundo físico, y que para comprenderlo y tener acceso a él, se requiere de una percepción más elevada y una comprensión espiritual, pero en la ciencia también existe el estudio de las dimensiones desde otro enfoque.

¿Qué dice la ciencia al respecto?

El cosmos, vasto y misterioso, se convierte en el telón de fondo de nuestra existencia, un escenario donde la gravedad, las estrellas y los planetas despliegan un espectáculo cósmico que nos deja maravillados y, al mismo tiempo, plantea incógnitas que desafían nuestra comprensión (Universidad Sergio Arboleda, s.f.).

La Doctora Ana Isabel Salvador, experta en Cosmología del Instituto de Física Teórica de Madrid, y Ángel Rivas, Físico de la Universidad Autónoma de Madrid, cuya misión es desentrañar los misterios del cosmos y compartir su fascinación por la cosmología, lo explican de forma sencilla.

La Doctora Ana Isabel inicia la travesía con la intrigante premisa de Albert Einstein, quien afirmaba que "la materia le dice al espacio cómo curvarse y el espacio le dice a la materia cómo moverse". Sin embargo, la gravedad, esa fuerza que Newton conceptualizó en el siglo XVII y que Einstein abordó con su teoría de la relatividad, sigue siendo un enigma. A pesar de los avances en el Modelo Estándar de Partículas, la gravedad se mantiene como el eslabón perdido.

Este viaje a través del Universo revela que solo conocemos un pequeño porcentaje de la realidad cósmica. Galaxias, estrellas y planetas constituyen solo el 5% de la materia visible, mientras que el 70% se presenta como materia oscura y el 25%, como energía oscura. Vera

Rubin, la física estadounidense, desentrañó los secretos de la rotación estelar, revelando la existencia de masa invisible que genera gravedad.

La energía oscura, ese misterioso componente que constituye el 70% de la energía del Universo, se convierte en la protagonista que impulsa su expansión acelerada. A través de un ballet cósmico entre la gravedad y la energía oscura, el futuro del cosmos se tiñe de incertidumbre. Contrario a las antiguas teorías, ahora se vislumbra un destino donde la expansión continua y la separación de la materia conducirán a un frío congelamiento cósmico.

¿Por qué nos engañan los sentidos?

En Cabalá se sostiene la idea de que nuestros sentidos físicos no pueden captar la totalidad de la realidad. Esta perspectiva se basa en la noción de que la realidad es mucho más amplia y profunda de lo que percibimos con nuestros cinco sentidos convencionales. La creencia de que los sentidos nos engañan y que solo podemos captar una pequeña fracción de la realidad se alinea con conceptos filosóficos y místicos presentes en diversas tradiciones.

En términos cabalísticos, se argumenta que la percepción ordinaria del mundo es limitada y que la verdadera naturaleza de la realidad está más allá de lo que nuestros sentidos físicos pueden captar. Se sugiere que la mayor parte de la realidad permanece oculta para nosotros, y solo mediante prácticas espirituales, la introspección y la conexión con lo divino, podemos empezar a desentrañar capas más profundas de la existencia.

La idea de que no podemos ver el 99% o el 95% de lo que nos rodea se alinea con la noción de que la realidad es multidimensional y que hay aspectos de ella que están más allá de nuestra percepción inmediata. Este enfoque busca trascender la ilusión de la realidad superficial y explorar dimensiones más profundas de la existencia que van más allá de lo tangible y lo evidente.

Es importante señalar que estas interpretaciones varían entre diferentes escuelas y tradiciones de pensamiento dentro de la Kabbalah, y las creencias exactas pueden diferir. Sin embargo, en general, la idea de que los sentidos físicos nos limitan en la comprensión de la realidad es un tema recurrente en la Kabbalah y en otras corrientes filosóficas y espirituales.

A mí me gusta mucho la divulgación científica y por ejemplo La teoría del campo unificado es una teoría física que intenta unificar las cuatro fuerzas fundamentales de la naturaleza (la fuerza gravitatoria, la fuerza electromagnética, la fuerza nuclear débil y la fuerza nuclear fuerte) en una sola teoría coherente. En la Kabbalah, no se habla explícitamente de la teoría del campo unificado como tal, pero hay ciertas similitudes y analogías que se pueden encontrar entre ambas teorías.

Stephen Hawking pensaba que la mayoría de los científicos se han centrado en desarrollar teorías sobre cómo es el universo, mientras que los filósofos han tenido dificultades para seguir el ritmo de la ciencia moderna. Sin embargo, si se descubre una teoría unificada del universo que sea comprensible para todos, incluidos los filósofos y la gente común, entonces podríamos responder a la pregunta de por qué existe el universo y nuestra existencia. Esto sería el triunfo definitivo de la razón humana y nos permitiría conocer el pensamiento de D-os (Hawking. Capitulo Conclusión).

¿Cómo está compuesto el Universo según la kabbalah?

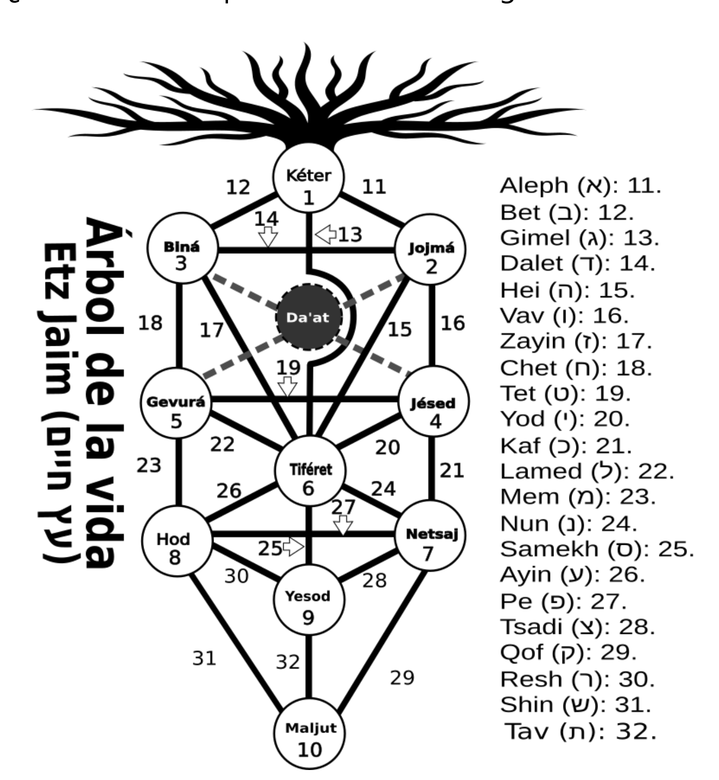


Ilustración Árbol de la vida

La Kabbalah nos cuenta que el universo no es solo lo que podemos ver y tocar. ¡Hay diferentes niveles de realidad que están todos conectados! ¡Es como si todo en el universo fuera una gran red interconectada! Y sabes qué, esto es muy parecido a lo que dice la teoría del campo unificado. ¡Es tan emocionante! La Kabbalah también nos dice que todo lo que hay en la realidad está conectado y que cada cosa tiene un efecto en todo lo demás. ¡Es como si todo lo que hacemos afectara al universo entero! ¡Es tan increíble!

Además, la Kabbalah tiene cuatro niveles de realidad que están interconectados. Estos niveles se llaman los "mundos" y están representados en el Árbol de la Vida. ¡Es como si el universo tuviera su propio mapa! Y cada uno de estos mundos es parte de un todo coherente. ¡Es como si todo lo que existe en el universo fuera un gran rompecabezas y



cada parte encajara perfectamente en su lugar! ¿No es genial? Los cuatro mundos de la Kabbalah (Looz, www.tuarboldevida.com, 2018) son los siguientesy como operan (esta es otra perspectiva las anteriores):

El primero es el mundo de la emanación o Atzilut, compuesto por las sefirot Keter, Jokmah y Binah, y representa nuestras raíces más profundas y felices. Es el nivel más elevado de la realidad y se cree que está asociado con la esencia divina y la fuente de todo lo que existe. En este nivel, se cree que la realidad es puramente espiritual y que es la fuente de todas las demás realidades.

El segundo mundo es el de la creación o Briah, compuesto por las sefirot Jesed, Gevurah y Tiferet, y corresponde a nuestra ética y código moral, así como a la construcción de nuestro yo interior. Este nivel está asociado con el mundo mental y se cree que es el lugar donde se originan las ideas y los conceptos abstractos. En este nivel, se cree que la realidad es más sutil que en el mundo emocional y que existe una conexión entre las ideas y la realidad física.

El tercer mundo es el de la formación o Yetzirath, compuesto por las sefirot Netzaj, Hod y Yesod, y representa la formación de nuestro cuerpo y personalidad, así como la lucha entre nuestras emociones y la realidad. Este nivel está asociado con el mundo emocional y se cree que es el lugar donde se originan las emociones y los pensamientos. En este nivel, se cree que la realidad es más sutil que en el mundo físico y que existe una conexión entre los pensamientos y la realidad física.

Por último, el mundo de la acción o Assiyah, creado por la décima sefira Maljut, representa todo lo relacionado con nuestra supervivencia, incluyendo nuestras obligaciones, trabajo, sufrimientos, responsabilidades, así como nuestras relaciones con el mundo vegetal, animal y humano. Este es el nivel más bajo de la realidad y está asociado con el cuerpo físico y la realidad material. En este nivel, se cree que todo lo que existe es palpable y físico.

¿De que esta hecho el Universo, según la ciencia?

En Física teórica también plantea la teoría M (Bertran Prieto, ¿Qué es la Teoría M? Definición y principios, s.f.), la cual es una teoría hipotética que unifica varias teorías fundamentales, incluyendo la teoría de cuerdas y la teoría de la relatividad general. Según la teoría M, existen 11 dimensiones en el universo, y todas las partículas y fuerzas de la naturaleza son el resultado de vibraciones de cuerdas en estas dimensiones (R. Villatoro, 2017). La primera dimensión es temporal es decir el tiempo, las siguientes tres son las que conocemos que forman nuestro espacio tridimensional y en adelante son espaciales y se enroscan una sobre otra (Pascual del Olmo, s.f.).

¿Qué son las cuerdas?



¿Quieres saber algo súper emocionante sobre el universo? En la teoría de cuerdas, las partículas fundamentales no son puntos sin dimensiones, sino ¡pequeñas cuerdas vibrantes! ¡Es como si todo lo que existe estuviera hecho de pequeñas cuerditas mágicas!

Las cuerdas son tan pequeñas que no podemos verlas con nuestros ojos ni con los experimentos actuales. Pero podemos imaginar que son como hilos delgados y largos que vibran de diferentes maneras para crear diferentes partículas y fuerzas en el universo. ¡Es como tener un instrumento mágico que hace música en el espacio!

Imagina que una cuerda vibra de una manera para crear un electrón. ¡Es como si la cuerda estuviera tocando una nota musical muy especial para crear la partícula que ayuda a construir todo lo que vemos en el mundo! Y de otra manera, la cuerda puede crear un fotón, que es la partícula de la luz. ¡Es como si la cuerda pudiera cambiar su tono para crear diferentes cosas!

A continuación, te proporcionaré una explicación general de qué son las cuerdas en la teoría de cuerdas y cómo forman partículas:

1. **Cuerdas en la Teoría de Cuerdas:**
   - **Naturaleza Unidimensional:** En lugar de considerar partículas como puntos sin dimensión, la teoría de cuerdas propone que las partículas fundamentales son cuerdas unidimensionales.
   - **Longitud y Tensión:** Las cuerdas en la teoría de cuerdas tienen una longitud característica y una tensión. La tensión es una medida de la energía por unidad de longitud que la cuerda posee.
2. **Tipos de Cuerdas:**
   - **Abiertas y Cerradas:** Hay dos tipos principales de cuerdas en la teoría de cuerdas: cuerdas abiertas y cuerdas cerradas. Las cuerdas abiertas tienen extremos, mientras que las cuerdas cerradas son cuerdas cerradas en bucle.
3. **Modos de Vibración:**
   - **Vibración de la Cuerda:** Las cuerdas pueden vibrar en diferentes modos, y cada modo de vibración corresponde a una partícula diferente.
   - **Modos Excitados:** La variabilidad en los modos de vibración de una cuerda da lugar a diferentes partículas y sus propiedades, como la masa y el espín.
4. **Formación de Partículas:**
   - **Vibración de Resonancia:** La teoría de cuerdas propone que las partículas elementales son el resultado de modos de vibración específicos de las cuerdas.
   - **Fotones y Gravitones:** Diferentes modos de vibración pueden corresponder a diferentes partículas, por ejemplo, un modo particular puede corresponder a un fotón (partícula de luz) o incluso a un gravitón (partícula hipotética mediadora de la fuerza gravitatoria).
5. **Unificación de Fuerzas:**



- **Unificación de Fuerzas:** La teoría de cuerdas busca unificar las fuerzas fundamentales de la naturaleza (fuerza gravitatoria, fuerza electromagnética, fuerzas nucleares débil y fuerte) en un marco coherente, lo que la hace atractiva para la búsqueda de una "teoría del todo".

¡Es tan emocionante pensar que todo lo que existe está hecho de pequeñas cuerdas vibrantes! ¡Es como si estuviéramos en un concierto de rock súper emocionante en el universo!

Teoría M

¿Quieres saber por qué la Teoría M es tan importante? Es una historia súper emocionante. Resulta que la Teoría M trata de unir todas las demás teorías en una sola. ¡Es como si fuera un súper poder que une todo el universo en una sola teoría! ¡Es impresionante!
La letra "M" en Teoría M significa "membrana" o "matriz". Es como si fuera un pegamento súper fuerte que mantiene unido todo el universo. ¡Sin la Teoría M, todo estaría muy desordenado! ¡Imagina el caos!
La Teoría M es tan importante porque nos ayuda a entender el universo en una sola teoría. Pero no es fácil entender todo lo que dice, porque está hecha con ideas muy complicadas. Es como un rompecabezas súper difícil pero se puede entender. Pero no te preocupes aquí lo voy explicar de forma sencilla, solo lo más relevante, Recuerda, no te desanimes ¡Todos podemos maximizar nuestro potencial y descubrir algo genial! ¡Descubrir algo que nadie más sabe!
Volviendo a la dimensión temporal propuesta por la teoría M, se entiende como una dimensión que es perpendicular a las tres dimensiones espaciales, y juntas forman el espacio-tiempo en el que ocurren los eventos en el universo.
Aunque la teoría de la relatividad de Einstein permite la posibilidad de múltiples dimensiones temporales, esta idea es objeto de controversia en la física teórica y no cuenta con evidencia experimental que la respalde.

Pero la idea de multiversos proviene de varias teorías en física teórica, como la teoría de cuerdas, la teoría M, la teoría de la relatividad y la mecánica cuántica. Según estas teorías, los multiversos pueden generarse de diferentes maneras:

En la teoría de cuerdas, por ejemplo, se postula la existencia de múltiples universos en los que las cuerdas vibrantes adoptan diferentes configuraciones. En la teoría de la relatividad, se sugiere que la existencia de múltiples universos podría ser una consecuencia de la curvatura del espacio-tiempo, que podría dar lugar a diferentes regiones del universo con diferentes leyes físicas.

Bertran Prieto dice que la teoría de las cuerdas permite que las cuerdas puedan formar superficies de diferentes dimensiones llamadas "branas". Las cuerdas, que son objetos unidimensionales en el décimo espacio, pueden formar membranas en este hiperespacio que podría contener múltiples universos, cada uno de los cuales estaría representado por diferentes combinaciones de branas. Se estima que hay muchas posibilidades para estos



universos, se calcula que existe una cantidad de 10 elevado a la 500 posibilidades de universos, pero en nuestro día a día solo percibimos tres dimensiones y no debemos preocuparnos por las siete dimensiones adicionales (Bertran Prieto, medicoplus.com, s.f.).

En la mecánica cuántica, dicen que ¡existen muchos universos! ¿Cómo? Bueno, dicen que cuando observamos una partícula, ésta puede estar en muchos estados al mismo tiempo, y que cada estado podría crear un universo diferente. ¿Increíble no? Así que podría haber un universo donde yo sea un astronauta, y otro donde sea un vagabundo, ¡y todos son igual de reales! Imagina que pudiéramos experimentar cómo se comporta el tiempo en estas dimensiones. ¿Sabías que en el mundo cuántico las cosas pueden ser muy extrañas? Hay dos ideas importantes que te voy a contar: la superposición cuántica y la incertidumbre de Heisenberg.

La superposición cuántica dice que las partículas subatómicas, como los electrones, pueden estar en muchos lugares al mismo tiempo, ¡como si fueran fantasmas! Como el famoso gato de Schrödinger que está vivo y muerto al mismo tiempo (wikipedia, s.f.). Imagina que tienes un gato dentro de una caja sellada, junto a un matraz de veneno y un dispositivo con una partícula radiactiva. Si la partícula se desintegra, el dispositivo detecta la radiación y rompe el frasco, liberando el veneno que mata al gato.

¡Aquí viene lo interesante! el gato está vivo y muerto al mismo tiempo hasta que abres la caja para mirar. ¿Cómo es esto posible? Bueno, la partícula radiactiva está en un estado de superposición, ¡como si estuviera en varios lugares al mismo tiempo! Y como el veneno puede o no ser liberado, el gato también está en un estado de superposición, ¡vivo y muerto al mismo tiempo! Es como si la partícula estuviera en un estado de "¿qué onda?", ¡no sabemos dónde está hasta que la medimos!

Y es aquí donde entra la incertidumbre de Heisenberg, que dice que no podemos medir dos propiedades de una partícula, como su velocidad y su posición, al mismo tiempo con exactitud. Por ejemplo, si medimos la velocidad de una partícula, no sabremos exactamente dónde está.

¡Estas ideas son muy locas pero son muy importantes para entender el mundo cuántico! Así que no te preocupes si no lo entiendes del todo, incluso los científicos tienen problemas con esto. ¡Pero es emocionante imaginar que las cosas pueden ser tan extrañas en el mundo subatómico!

¿Te has preguntado alguna vez qué es el tiempo y cómo funciona? Pues resulta que el tiempo es mucho más complejo de lo que podemos imaginar en nuestra vida cotidiana. En nuestro mundo, el tiempo parece ser lineal y avanzar siempre en la misma dirección, ¿verdad? Pero hay otras dimensiones en el universo que nos permiten ver el tiempo de maneras muy diferentes.

1. En la tercera dimensión, el tiempo seguiría siendo lineal y progresivo, como lo experimentamos en la vida cotidiana. Estas dimensiones son las únicas perceptibles además de la temporal que conocemos a veces con el nombre de cuarta dimensión, pero existen otras dimensiones que estabilizan el universo para que exista sino *"El vacío y toda la materia que contiene estarían deformados y serían inestables"* (Ruiz Fargueta, s.f.)
2. En la cuarta dimensión, el tiempo podría ser percibido como una dimensión adicional del espacio, lo que significa que una persona podría moverse hacia atrás o hacia adelante en el tiempo, al igual que se mueve en el espacio. En esta dimensión, se especula que el tiempo podría ser cíclico, es decir, que se repite en bucles. Al final vuelves al inicio de todo. Penrose propone una nueva teoría llamada "cosmología cíclica conforme" (CCC), según esta teoría, el universo en su conjunto debe ser visto como una variedad conforme extendida, que consiste en una sucesión infinita de eones (un eón es mucho tiempo millones de años), cada uno de los cuales da lugar a una historia completa de universo en expansión (Sánchez Cañizares, 2011). En resumen, Penrose explora la física anterior al Big Bang desde una perspectiva esencialmente geométrica y cíclica. Esto significa que el universo no tiene un comienzo único en un Big Bang, sino que se produce en ciclos infinitos. Después de un período de expansión, el universo comienza a contraerse y eventualmente colapsa en un Big Crunch, dando lugar a un nuevo ciclo. Así, el universo se reinicia continuamente en ciclos de expansión y contracción. Esta teoría sugiere que el universo es infinito y eterno, y que los ciclos se repiten indefinidamente en el tiempo.

3. En las dimensiones superiores, como la quinta, sexta, séptima, octava, novena y décima, el tiempo podría estar enrollado y ser muy pequeño, en comparación con las dimensiones espaciales ""enrolladas" sobre sí mismas compactadas alrededor de un radio extremadamente pequeño (del orden de la longitud de Planck,10-35metros) (Ruiz Fargueta, s.f.). Así para distancias mucho mayores que ese radio sólo serían perceptibles las 3 dimensiones ordinarias.". En estas dimensiones, el tiempo podría ser percibido como cíclico o periódico, y sería difícil para una persona moverse a través de él, solo un ser undecadecimal de propiedades desconocidas sabrá lo que pase ahí, este ser tendría una comprensión profunda de cómo el tiempo y el espacio interactúan. Tendría una perspectiva única y fascinante del universo, y podría explorar lugares que nosotros ni siquiera podemos imaginar. ¡Es emocionante pensar en lo que este ser podría descubrir y compartir con nosotros!

¿Qué otra teorías existen?

Al igual que la Kabbalah, existen muchas teorías por ejemplo La idea de que vivimos en un universo holográfico, esta teoría es de los 90 y se llama principio hologragrafico de **Gerard ´tHooft y Leonard Susskind**, pero aún no ha sido comprobada de manera definitiva

(Juárez Ortiz, 2019). Esta hipótesis dice que toda la información de nuestro mundo está en una superficie plana de dos dimensiones. Es como ver una película en 3D, donde las imágenes parecen tener altura, ancho y profundidad, pero en realidad vienen de una pantalla plana. Es como los hologramas, donde una imagen en 3D está en una superficie plana. La diferencia es que en nuestro universo podemos tocar las cosas y por eso parecen reales en nuestra perspectiva (Martínez de la Fe, 2022).

Otra es la propuesta de la idea de "la mente cósmica", una teoría propuesta por el psiquiatra suizo Carl Jung. La mente cósmica es un concepto que representa una especie de "consciencia colectiva" o "inconsciente colectivo" que abarca la totalidad de la existencia (Narbona, 2021). Según esta teoría, todas las formas de vida y todo el universo están interconectados y comparten una especie de inteligencia o conocimiento común, Jung decía que **"**Dios es el nombre que hemos asignado a una especie de mente cósmica que contiene todas las formas de conciencia**"** (Narbona, 2021).

También la idea de que podríamos vivir en un "cerebro de Boltzmann" es una especulación filosófica y científica que sugiere que nuestra realidad consciente podría ser una ilusión temporal y aleatoria generada por fluctuaciones probabilísticas en un cerebro extremadamente complejo (Bretran Prieto, s.f.). Aunque esta idea ha sido explorada por algunos científicos y filósofos, no hay evidencia empírica sólida para apoyar la hipótesis de que vivimos en un cerebro de Boltzmann que sería la mente de D-os, es como lo que piensa Bertran Pol, imagina, yo que estoy contándote esto, solo sé que existo aquí, así que podría ser mi propio cerebro de Boltzmann creando mi realidad. O también como plantea esta teoria "soy una proyección intentando convencerte a ti de que yo soy un cerebro de Boltzmann, cuando, en realidad, el D-os eres tú" (Bretran Prieto, s.f.). Además, la complejidad necesaria para generar una mente consciente aleatoria y compleja a nivel cuántico sería increíblemente alta, lo que plantea preguntas sobre su plausibilidad y viabilidad.

Otra es la teoría sintérgica de Jacobo Grinberg, sostiene que el universo es un todo interconectado e interdependiente en el que todo está en constante movimiento y cambio. Según esta teoría, la totalidad del universo es más que la suma de sus partes, y las partes individuales están íntimamente conectadas y afectan a la totalidad.
Grinberg sugiere que el universo es un sistema de sistemas, donde cada sistema es una totalidad que a su vez forma parte de un sistema mayor. Cada uno de estos sistemas tiene una estructura y un funcionamiento propio, pero al mismo tiempo están interconectados e interactúan unos con otros.

En la teoría sintérgica de Grinberg, la colaboración y la cooperación son fundamentales para la evolución del universo. Cada parte del universo trabaja en armonía con las demás partes, y cada cambio en una parte afecta a todo el sistema. Esto forma un tejido en el espacio que llama lattice como dice en su libro (Grinberg-Zylberbaum, 1991, pág. 15):" Ia estructura de la Lattice del Espacio consiste en una matriz de capacidad vibracional colosal



y de múltiples dimensiones en la cual la información de su totalidad converge en cada uno de sus puntos". En este sentido, la teoría sintérgica sugiere que el universo es como un organismo vivo y en constante evolución.

Cada parte del universo es importante y trabaja junta en armonía para hacer que todo funcione. ¡Es como si el universo fuera un gran cuerpo y cada parte es un órgano importante que ayuda a mantenerlo vivo! Esta teoría es tan emocionante porque significa que todo lo que hacemos importa y afecta al universo entero. ¡Es genial ser parte de algo tan grande y maravilloso como el universo!

¡Vaya! ¡Las teorías sobre el universo son súper emocionantes! Todas dicen que el universo es como un gran rompecabezas, donde todas las partes están conectadas y se influyen unas a otras todo el tiempo. Y lo mejor de todo es que dicen que hay una especie de súper poder en el universo que sabe todo, ¡como si fuera una mente gigante!

Me recuerda un libro que me recomendó una Doctora a quien le tengo un gran respeto, admiración y es una persona que sabe mucho, este libro es Planilandia una obra de ficción escrita por el matemático y escritor Edwin A. Abbott en 1884, en la que se describe un universo bidimensional llamado Planilandia y sus habitantes, seres geométricos planos que solo pueden moverse en dos dimensiones. Los seres de Planilandia son figuras cuadradas, pentágonos, círculos, triángulos y líneas que perciben su mundo con un único ojo y el tacto como las células a través de sus membranas, se perciben a sí mismos y a los objetos a su alrededor en términos de líneas y formas bidimensionales, y no tienen capacidad para comprender la tercera dimensión. Sin embargo aunque no lo dice el libro, debe de haber una dimensión complementaria ya que estos seres, pueden ver los objetos y otros seres como líneas en su campo visual, como si vieras una hoja de papel desde el borde de la mesa, verías una línea blanca, entonces esa dimensión complementaria es muy reducida pero necesaria para que estos seres perciban la realidad pero no pueden ver más allá.

En comparación, los seres humanos somos seres tridimensionales que percibimos el mundo en tres dimensiones. Sin embargo, al igual que los seres de Planilandia, nuestras capacidades perceptivas están limitadas por nuestra estructura física y por las herramientas que tenemos para medir y comprender el mundo que nos rodea. De hecho, hay aspectos del universo que no podemos percibir directamente, como las partículas subatómicas, la energía oscura o los agujeros negros.

Al igual que los seres de Planilandia es increíble pensar que los seres humanos no siempre podemos comprender o imaginar cosas que están fuera de nuestra experiencia cotidiana o que van más allá de nuestras estructuras mentales. ¡Es como si fuéramos seres de otro mundo!

Por ejemplo, ¡tú sabías que el espacio y el tiempo están entrelazados! ¡Eso significa que el tiempo puede cambiar dependiendo de la velocidad y la gravedad! ¡Es tan loco pero tan



emocionante! Y lo que es aún más asombroso es la idea de que el universo podría ser un holograma. ¡No puedo ni imaginar cómo sería eso, pero es muy real!

Es como si hubiera un universo entero ahí fuera, esperando ser explorado y descubierto. Y aunque puede ser difícil comprenderlo todo al principio, ¡es emocionante pensar que siempre hay algo nuevo por aprender y descubrir! ¡Qué emocionante es el mundo en el que vivimos!

El origen del Universo

En la actualidad existen singularidades que la ciencia no puede responder, una singularidad es un punto en el espacio donde las leyes de la física tal como las conocemos, dejan de funcionar, un lugar donde podemos hallar una de estas cosas, es un agujero de negro predichos gracias a las ecuaciones de la relatividad general de Einstein, la humanidad ya ha logrado fotografiar uno, con poderosos telescopios en el año 2019 a 55 millones de años luz en el corazón de la galaxia M87 en la constelación de Virgo (Ghosh, 2019). Hawking comentaba que "Dios detesta una singularidad desnuda" es una metáfora sobre la hipótesis de la censura cósmica el físico Roger Penrose. Esta hipótesis sugiere que las singularidades en el espacio solo ocurren en lugares donde están escondidas por algo llamado horizonte de sucesos, para que no sean visibles desde afuera. Esto protege a los observadores fuera del agujero negro, pero no a los astronautas que podrían caer en ellos. Aunque existen soluciones teóricas que permiten viajar a través de una singularidad desnuda, estas soluciones son inestables y peligrosas. La menor perturbación, como la presencia del astronauta, podría cambiar la solución y hacer que se choque con la singularidad, lo que sería fatal (Hawking. Capítulo 6: Los Agujeros Negros).

Acaso esto significa que si las singularidades fueran visibles desde el exterior de un agujero negro, habría problemas con las leyes de la física, y la predicción del comportamiento del universo se volvería imposible. No sabemos si la ocultación de las singularidades es necesaria para mantener una descripción coherente del universo y permitir que los observadores puedan entender y predecir su comportamiento. No podemos afirmar si la ocultación de las singularidades es una característica necesaria del universo o si es simplemente una consecuencia de las leyes de la física. ¿Por qué D-os haría algo así? Es por nuestra dificultad de comprender o imaginar realidades fuera de nuestra experiencia cotidiana o que vayan más allá de nuestras estructuras conceptuales y entendimiento.

La kabbalah nos habla del universo y ¿qué nos dice del origen del universo en comparación de teorías como el big bang?:

El Big Bang es una teoría científica que sugiere que el universo comenzó como una explosión masiva hace aproximadamente 13.8 mil millones de años. Según esta teoría, el universo se expandió rápidamente a partir de un punto de densidad y temperatura infinitas, y se enfrió y se formó como lo conocemos hoy.



Para entender cómo se creó el universo y cómo funciona, Hawking decía que podríamos pensar que D-os creó todo en el momento del Big Bang, pero no tendría sentido pensar que lo creó antes de eso. Además, aunque el universo esté en constante expansión, esto no significa que no haya un creador, solo nos da límites de cuándo pudo haber creado todo. Por eso, necesitamos entender las teorías científicas para poder entender mejor nuestro universo (Hawking, Capítulo 1: Nuestra Imagen del Universo).

Por otro lado, el Tzimtzum (www.kabbalah.info, s.f.) que es similar al Big Bang en Kabbalah nos dice que D-os, al crear el universo se contrajo a sí mismo para crear espacio o sea vacío para la creación. D-os creó un vacío en sí mismo para permitir que la creación existiera independientemente de él.



En esta creación la Kabbalah "sostiene que una vez que se produjo la divina contracción que estremeció el universo en pleno creando el vacío, apareció Adam Kadmon" (Martinez gallardo, 2015) que es como había dicho antes la luz de D-os que brilla para el otro, este Adam es el primer ser que crea D-os, no tiene sexo es una energía que permea el universo a eso se refería D-os con "hecho a su imagen", él es la vasija que crea D-os para compartir su Luz, en Hebreo Adam es hombre o tierra, es el primer ser humano, hombre primordial, ser primigenio, es como un pequeño universo, que abarca todo, después este ser vaga en los confines del Universo y encuentra el Jardín del Edén que es un lugar o dimensión donde él se queda y sucede lo que comente anteriormente del libro de Berg, lo fragmentan para dar paso a lo humano. Él fue fragmentado y surge el

evento de Eva o Java que en hebreo es vida, D-os lo divide y crea seres humanos hombres y mujeres, para que entre todos sea más fácil vencer el ego dividiendo la tarea y aprender en el mundo material y regresar al mundo de luz infinita, para esto es tenemos que vencer el ego y ser bondadosos y amar a los todos, en resumen ser como él (pág 75).

¿Cómo era esa luz infinita antes del Tzimtzum? Ya que no había tiempo porque el tiempo no existía como dice Hawking, yo lo imagino que al principio todo ocurría al mismo tiempo es muy similar a la superposición subatómica un tipo de "espacio-tiempo cuántico", imagina que en esta energía inicial de luz infinita todo ocurría al mismo tiempo, por decir nosotros somos seres secuenciales todo ocurre en una línea de tiempo. Pero podrías imaginarte en un lugar donde todo es lo mismo y ocurra al mismo tiempo, donde todas las posibilidades coexisten simultáneamente y no hay una secuencia de eventos lineal. En este lugar, no habría pasado, presente o futuro, sino que todo simplemente es. Este lugar podría ser difícil de comprender para la mente humana, pero podría ser similar a la idea de un estado de meditación o trance, donde la conciencia está en un estado de atención plena y presente en el momento actual, sin preocuparse por el pasado o el futuro. Podríamos pensar en un espacio donde cada momento es un todo, y todas las posibilidades se manifiestan en un solo instante. Sería un lugar donde la causa y el efecto son lo mismo, y no hay una secuencia temporal en la que los eventos ocurren.

La Cábala despliega la realidad en distintos niveles de emanación de la luz divina de D-os, estructurados en diferentes mundos. En el escalón más inicial de estos mundos se encuentra la "nada" (Ayin), un espacio donde solo pueden existir la omnipotencia y omnisciencia de D-os. Nos referimos a este nivel como "nada" debido a su incomprensibilidad para el ser humano. En términos científicos, es como intentar comprender lo que existe en el borde exterior del universo; aunque no lo entendemos, sabemos que se expande infinitamente. Imaginar cómo alcanzar ese límite infinito que nunca alcanzaremos resulta difícil; sin embargo, D-os está al otro lado. Él llena el vacío con su emanación, el Ein Sof. La luz que emana de Él, conocida como luz divina, impregna el universo conocido y otras dimensiones o niveles, formando diferentes campos como capas. Entre estos campos existen filtros o barreras.

Un ejemplo de estos niveles es Adam Kadmon, un estado en el que todas las almas se vuelven una, un ser que se encuentra en un estado liminal. Inicialmente, todos los seres humanos éramos uno solo, pero ahora estamos divididos. Cada fragmento o individuo trabaja para retornar al ser original, cumpliendo diversos objetivos en el mundo material o de la acción.

Para trascender a lo divino y alcanzar nuestro propósito, debemos cumplir con varios mitzvot y rectificar nuestros tikun, aprendiendo a dar y recibir, entre otras cosas. Sin embargo, antes de llegar a esa etapa, nos enfrentamos a diversos filtros, siendo el más desafiante Atzilut, el Mundo de la Emanación Divina. Esta dimensión representa una conexión con el Árbol de la Vida y la primera emanación de luz infinita que llega a nuestro



mundo, donde se origina la energía espiritual para la transformación. Nos conectamos con esta dimensión a través de las sefirot Biná, Jojmá y Kéter.

Después de este filtro, se encuentra la dimensión de Beri'ah, el Mundo de la Creación, donde nos conectamos a través de las sefirot Jésed, Gevurá y Tiféret. Aquí ocurre nuestra mayor transformación al aprender a dar y recibir bendiciones mediante nuestras acciones cotidianas. Este filtro está relacionado con concepciones y entendimientos a nivel espiritual.

Yetzirah, el Mundo de la Formación, representa la formación y transformación de la conciencia del individuo mediante la conexión espiritual, actuando como un enlace entre el mundo de la acción y el mundo espiritual a través de las sefirot Netsaj, Hod y Yesod. Superar este filtro implica aprender cuáles son las cosas de verdadero valor en la vida y eliminar nuestro ego.

El primer filtro a superar es Assiyah, el único plano existencial no espiritual. Es la realidad percibida en el Mundo de la Acción por nuestros sentidos, pero podemos ver lo que hay más allá de lo que percibimos, como la luz infinita, electrones, bosones de Higgs, materia oscura del espacio exterior, etc. Equilibramos Maljut para superar este filtro. Aquí solemos materializar las cosas que provienen del alma y el espíritu. Cuando dominamos las dimensiones espirituales y reflejamos la luz que hemos recibido, surge la materialización de la solución desde lo divino. Aunque lo material sigue siendo necesario, no es lo más importante. Este es el mundo de la acción y no de la materialización, ya que venimos a este mundo para acumular conocimiento, felicidad, plenitud y otras cosas al compartir y recibir con los demás. Aprendemos junto con aquellos que nos rodean, convirtiendo las experiencias vividas en nuestro más preciado tesoro. Al conectarnos con el mundo espiritual, comprendemos que todo es para bien y que las adversidades son retos que nos fortalecen. Aprendemos a superar los obstáculos, convirtiéndolos en desafíos, como parte de nuestro proceso. Venimos a acumular aprendizajes y conocimiento, no a acumular materia.

El Zóhar, al igual que muchos textos bíblicos y cabalísticos, se caracteriza por su profundidad y complejidad. La razón por la cual no debe ser leído de manera literal reside en la naturaleza simbólica y alegórica que impregna estos escritos.

Razones:

1. **Simbolismo y Alegoría:**
    - El Zóhar utiliza simbolismo y alegoría para transmitir conceptos espirituales y místicos. Interpretar estos textos de manera literal podría llevar a malentendidos, ya que su intención es transmitir enseñanzas más allá de la superficie literal.
2. **Profundidad de Significado:**

  - Los textos bíblicos y cabalísticos a menudo poseen múltiples capas de significado. Al analizarlos en un nivel más profundo, se pueden descubrir dimensiones simbólicas que van más allá de la interpretación superficial. Esto resalta la necesidad de una comprensión más amplia y matizada.
3. **Contexto Histórico y Cultural:**
   - Al igual que en el caso de las parábolas de Jesús, el contexto histórico y cultural es crucial para entender el significado real de los textos. Ignorar este contexto puede llevar a interpretaciones erróneas, ya que algunos símbolos y metáforas pueden tener significados específicos en el contexto de su creación.
4. **Intención del Autor:**
   - Comprender la intención del autor es esencial. En el caso del Zóhar, se atribuye a Rabi Shimon bar Yojai, y su intención no era simplemente ofrecer una narrativa literal, sino explorar dimensiones más profundas de la existencia y la conexión con lo divino.
5. **Recursos Literarios:**
   - Al igual que cualquier obra literaria, los textos cabalísticos hacen uso de diversos recursos literarios. Reconocer y apreciar estos recursos, como metáforas y alusiones simbólicas, contribuye a una interpretación más completa y enriquecedora.

El Zóhar y otros textos cabalísticos con una comprensión más profunda y simbólica permiten desentrañar los misterios que contienen, y ofrece una perspectiva más rica y espiritual de sus enseñanzas. La interpretación literal puede limitar la comprensión de su significado más amplio y trascendental.

Como te habrás dado cuenta los textos bíblicos y la kabbalah son más complejos y profundos que lo que parecen, guardan muchos misterios, algunos no deben de ser tomados literalmente sino que tienen que ser comprendidos de forma más profunda. El mismo Jesús, hablaba en parábolas (Arévalo Nájera, s.f.)*"Sus discípulos se acercaron y le preguntaron: "**¿Por qué les hablas en parábolas?"** Él les respondió: "Es que a vosotros se les ha concedido conocer el misterio del Reino de los Cielos, pero a ellos no... Por eso les hablo en parábolas, porque mirando no ven, y oyendo no oyen ni entienden"" (Mateo 13:10:13),* la parábola "es una historia corta o narrativa diseñada para ofrecer una lección moral o espiritual. A veces, el punto moral es simple, como "Sea amable". Otras costumbres son más complejas." (Ricardo, 2022). Los textos Bíblicos tienen significados profundos y misteriosos que no siempre son evidentes a simple vista. El ejemplo son las parábolas y otros recursos literarios que requieren un análisis más profundo para comprender su significado. Retomando el ejemplo anterior, Jesús hablaba en parábolas para transmitir enseñanzas espirituales y morales de una manera más accesible y memorable. Por lo tanto, es importante tener en cuenta el contexto histórico y cultural de los textos bíblicos, así como la intención del autor y los recursos literarios que utiliza, para poder interpretarlos adecuadamente.



Entonces volviendo al origen del Universo, El Big Bang y el Tzimtzum tienen en común el hecho de que ambos intentan explicar el origen del universo, aunque desde enfoques y contextos muy diferentes.

Ambas teorías sugieren que el universo comenzó a existir en un momento específico en el tiempo, aunque el Big Bang se enfoca en el proceso físico de la creación del universo y el Tzimtzum se centra en el papel divino en la creación.

Además, ambas teorías sugieren que el universo no siempre existió y que tuvo un comienzo en algún momento del pasado. También plantean la idea de que el universo se expandió y se desarrolló a lo largo del tiempo, aunque de maneras diferentes, no fue un proceso instantáneo.

En el libro primero de la Metafísica de Aristóteles, se menciona que todos los hombres, por naturaleza, desean conocer. Esto no es simplemente un deseo, sino una necesidad arraigada en nuestra naturaleza. Significa que tenemos la capacidad innata de entender, comprender, razonar y conocer el mundo que nos rodea (Os hará libres, 2020).

El universo es asombrosamente complejo, y ni siquiera podemos medir completamente su tamaño. En este vasto cosmos, la Tierra sola alberga innumerables maravillas, algunas de las cuales todavía no comprendemos del todo. Por ejemplo, el 80% del océano es desconocido para nosotros. La tecnología y la ciencia nos ofrecen la posibilidad de explorar y descubrir lo que ha permanecido oculto hasta ahora.

La ciencia ha permitido a la sociedad abandonar explicaciones mitológicas para fenómenos naturales y adoptar explicaciones científicas. Sin embargo, aunque la ciencia ha avanzado enormemente, aún hay aspectos más profundos e inexplicables en la vida, como el dolor, el amor y el sentido de la existencia.

La ciencia ha cambiado la forma en que entendemos el mundo, pero también ha llevado a una percepción de que somos simplemente productos de la casualidad en un universo vasto. Esta visión puede hacer que el hombre se sienta pequeño y efímero.

A pesar de vivir en una sociedad que a menudo niega la existencia de un D-os y valora la ciencia y la razón, hay una reflexión sobre cómo ambas, la ciencia y la religión, pueden complementarse en lugar de enfrentarse. La ciencia puede explicar mucho, pero hay aspectos más profundos de la existencia humana que escapan a sus límites.

El deseo innato de conocer y comprender impulsa a los seres humanos. La ciencia nos ha brindado un conocimiento increíble, pero aún hay aspectos de la vida que pueden estar más allá de su alcance. La coexistencia de la ciencia y la religión podría ofrecer una comprensión más completa y satisfactoria de la existencia humana.



A continuación te presento como se originó el Universo de acuerdo a la Kabbalah en el relato del Viaje de Adam Kadmon el primer ser creado a semejanza de Dios (Berg Y. , 2009): Una Historia de Luz y Oscuridad:

Hace 13,835 millones de años, en un universo envuelto en la esencia divina de D-os, infinita y sin forma, comenzó nuestro relato. D-os, representado como un fractal de luz formando una figura circular, estaba compuesto por las diez Sefiroth, la base de toda la existencia.

Dios, deseando la creación separada, creó el "Tzim Tzum", un espacio vacío infinito dentro de sí mismo. Este acto dio origen al Universo que conocemos, con un haz de luz que creó variedades de formas vivientes a través de la interacción de las Sefiroth.

En este universo nació Adam Kadmon, un ser de luz divina que contenía todas las Sefiroth. Modelado como el primer ser humano, este ser representaba la vasija creada por D-os para compartir su luz. Adam, lleno de la luz infinita de D-os, decidió aventurarse lejos para aprender del universo.

Aunque D-os estaba renuente, permitió que Adam partiera. En su viaje, Adam maravillado por la creación, encontró el Jardín del Edén, un lugar placentero donde decidió quedarse. D-os quería que regresara a casa, pero algo cambió.

Dios creó a Hasatan, un ser de diferentes características, casi sin luz, para hacer que Adam regresara. Hasatan, enviado sin que Adam lo supiera, persuadió a Adam para que comiera un fruto prohibido. Este fruto era la prueba de D-os, pero también el vehículo para que Hasatan entrara en su mente.

Adam, inicialmente resistente, cayó ante la persuasión de Hasatan. Al morder el fruto, Satanás se alojó en su conciencia, fragmentándola y llevándola al egoísmo. Nació el mal en el mundo, alejando a Adam de su propósito original.

Atrapado en Hasatan, Adam intentó liberarse a través del trabajo espiritual, pero el Hasatan dentro de él era formidable. Este ser oscuro le susurraba al oído, nublando sus pensamientos y acciones.

La situación se complicó aún más cuando, es lo que llevo a un evento llamado Eva, el cual Adam Kadmon fue dividido en seres humanos separados. El propósito de esta separación era claro: trabajar juntos, superar el ego y regresar al mundo de la luz infinita.

Con el tiempo, la tarea se fragmentó más y más. La humanidad, dividida en hombres y mujeres, debía llevar luz al mundo a través del amor y la bondad. La esperanza de D-os nunca se perdió; la tarea continuó, trayendo bendición al mundo.



Ahora, como herederos del Universo, enfrentamos la tentación de Hasatan, que intenta alejarnos del camino correcto. La redención del mundo depende de nuestras decisiones y nuestro trabajo espiritual. ¿Superaremos la influencia de Hasatan y nos conectaremos con la luz divina, o caeremos en la oscuridad? Solo el tiempo lo revelará, y nuestra misión es escribir ese destino con luz y bendición.

¿Qué sucederá si la humanidad no logra superar la influencia del Hasatan y no se conecta con la luz divina? ¿Será el final del mundo tal como lo conocemos? ¿O habrá alguna otra forma en la que podamos redimirnos? La respuesta a estas preguntas solo se conocerá a medida que avancemos en el camino espiritual y trabajemos para alcanzar la unidad con D-os. El futuro está en nuestras manos y depende de nosotros tomar las decisiones correctas para nuestro propio bienestar y el de todo el Mundo.

En todo ese proceso pasaron eones o sea millones de millones de años.

¡La ciencia y la Kabbalah son emocionantes! Hay tantas cosas que aún no conocemos sobre nuestro universo, como las singularidades en los agujeros negros, que son tan misteriosas y fascinantes. Y no podemos olvidar el Big Bang, que nos cuenta la historia de cómo se creó el universo, o la teoría de Tzimtzum en la Kabbalah, que nos ofrece una perspectiva espiritual sobre nuestra existencia. ¡Es increíble pensar en todas las posibilidades y en cómo podemos seguir aprendiendo y descubriendo más sobre nuestro mundo y más allá! Cuando hablo estos temas me siento emocionado por todo lo que el universo tiene por ofrecer. ¡Los científicos están haciendo un gran trabajo investigando estos misterios y no puedo esperar a ver qué más descubrirán en el futuro!

Principales reglas en el Kabbalah

Cambiando de tema y continuando nuestra exploración en los beneficios y misterios de la Kabbalah esta se centra en dos reglas simples compartir y recibir la luz infinita para alcanzar la plenitud, satisfacción y felicidad infinitas. Pero no es fácil, de lo más simple se puede escalar a lo más complejo, por ejemplo me recuerda el Juego de la Vida de Conway, un programa de computadora explora la idea de un universo complejo emergente a partir de reglas simples y repetitivas. En la Kabbalah, el universo es una manifestación de la voluntad de D-os, que se rige por leyes y principios divinos, comenzando por recibir y compartir, que fácil. Estos principios se pueden entender y aplicar mediante el estudio y la práctica de la Kabbalah, pero el ego hace que todo se complique, la vida es como un juego y la Kabbalah es uno de los tantos caminos que nos tratan de enseñar las reglas de este juego de la vida.

En el Juego de la Vida de Conway, se parte de unas reglas simples para la evolución de una población de células formadas por cuadrados, pero estas reglas pueden dar lugar a



patrones complejos y sorprendentes. A pesar de que la evolución del juego es determinista, es difícil predecir el resultado final y algunos patrones parecen tener propiedades emergentes (youtube, Mates Mike, s.f.).

Metafóricamente, el "Juego de la Vida" podría representar la vida espiritual y cómo las interacciones simples pueden dar lugar a patrones complejos. La interacción entre recibir y compartir puede ser vista como las reglas básicas que dan forma a la evolución de la vida espiritual.

En la Kabbalah, existe el concepto de "ciclo de dar y recibir". Cuando damos, creamos un espacio para recibir, y al recibir, creamos una oportunidad para dar. Este ciclo perpetuo refleja una comprensión más profunda de la relación entre compartir y recibir, mostrando cómo están intrínsecamente conectados.

Que una persona se desarrolle a partir de algo tan simple como la regla compartir y recibir la luz infinita para alcanzar la plenitud, satisfacción y felicidad infinitas, es más complejo de lo se escucha, pero no porque esta regla lo sea en sí misma, sino porque depende de un factor aleatorio y atractor de caos que es el ego. El ego -entendido como la identidad individual y separada de una persona- tiene un patrón de comportamiento que tiende hacia el caos y la disfunción.

En la teoría del caos, un atractor es un conjunto de valores que un sistema tiende a converger. En este sentido, el "atractor de caos" del ego se refiere a un patrón de comportamientos que convergen a llevar a la persona a situaciones de desorden, estrés, ansiedad y sufrimiento emocional.

Esto se debe en parte a que el ego se basa en la ilusión de la separación y la individualidad, lo que puede llevar a una desconexión de la propia naturaleza esencial y a la identificación excesiva con los pensamientos y las emociones. Esto puede llevar a patrones de comportamiento y pensamiento disfuncionales, polarización, la ansiedad, la preocupación excesiva por el futuro, el miedo al fracaso, la autocrítica, la autodestrucción y muchos otros.

La realidad que vivimos alude a la idea de un mundo es solo material o sistema de creencias que brilla con un atractivo superficial pero que, en última instancia, puede ser ilusorio desde una perspectiva espiritual.

El ego se considera a menudo como una fuerza que desvía a las personas de la conexión espiritual y la comprensión más profunda de la realidad. Vivimos en un sistema que perpetúa el ego y la ilusión material, entonces podría considerarse como un obstáculo para la verdadera comprensión espiritual.



Los seres humanos como personas de negocios, profesores, abogados, carpinteros, en fin, como muchas personas se encuentran inmersas en la vida cotidiana, vinculadas al sistema y, por implicación, al ego. Estos individuos podrían simbolizar almas atrapadas en la ilusión material, aún no conscientes de su verdadera naturaleza espiritual.

El proceso de liberar a las almas de las cadenas del ego y la ilusión material, es una tarea personal no puedes cambiar el exterior si tu no cambias, para convencer a otros tienes que empezar por ti mismo y además aunque pudieras, nadie tiene la autoridad de cambia a otro, es una decisión personal. En la Kabbalah, la búsqueda espiritual implica despertar y liberarse de las limitaciones del ego para conectarse con la verdadera esencia divina.

La resistencia de algunos contra la desactivación del ego, es un reflejo de la resistencia del ego a ser transcendido. Aquellos que están profundamente arraigados en el sistema material pueden oponerse a abandonar su dependencia, ya que ello implica renunciar a la familiaridad y seguridad que ofrece el mundo ilusorio.

El mundo material o de la acción es una distracción o atracción superficial, una tentación que mantiene a las almas vinculadas a la ilusión. En la Kabbalah, se alienta a evitar las distracciones que desvían la atención de la búsqueda espiritual.

Para poder aprender como compartir y recibir la luz infinita, tienes que aprender cómo se experimenta el conocimiento, la Kabbala te ayuda a entender cómo aprovechar lo que sucede en tu vida, como trasformar esa información en conocimiento, que permitirá que disfrutes la vida de forma más plena ¿Quieres saber cómo se experimenta el conocimiento en Kabbalah? Pues, ¡es muy interesante! A diferencia de otras cosas que solo se estudian, en Kabbalah también se experimenta, lo que significa que cada persona tiene una experiencia única y especial. Imagínate que eres un científico explorando un nuevo mundo lleno de cosas increíbles por descubrir, a medida que aprendes más sobre las enseñanzas de Kabbalah, puedes experimentar tu vida de una manera completamente nueva. Podrás descubrir una forma completamente nueva de vivir la vida, sabiendo que todo lo que ocurre no te sucede por casualidad, sino que tiene un propósito especial solo para ti. Puedes aprender a ver las cosas de manera diferente y entender que todo tiene un propósito. Incluso cuando algo malo sucede, puedes aprender a verlo como una oportunidad para crecer y aprender algo nuevo, a vivir con alegría y significado. Esto te hace sentir muy feliz porque te das cuenta de que tienes el poder de transformar cualquier situación en algo bueno.

También aprendes a ser una influencia positiva en el mundo y a compartir tu luz con los demás. Al hacerlo, puedes ser parte de un nuevo paradigma global donde todos nos respetamos mutuamente, nos tratamos con dignidad y amor por la humanidad.

¿No te parece emocionante? ¡Experimentar el conocimiento de Kabbalah puede ser muy divertido!

El ego, posthumanismo y nuestro futuro como especie

En el vasto y complejo análisis de la existencia humana, nos encontramos navegando entre sistemas de pensamiento, creencias y paradigmas que intentan descifrar las cajas negras (Hernández & Ruzzarin, ¿Por qué crees lo que crees?, 2022) que definen nuestra realidad. El cuestionamiento fundamental emerge: ¿qué tan seguros estamos de comprender aquello que yace dentro de estas cajas?

Desde las estructuras más filosóficas hasta las teorías científicas más precisas, todos los sistemas que hemos construido están impregnados de creencias. El problema radica en que estos sistemas, ya sean espirituales o mecánicos, no nos garantizan una comprensión total de lo que realmente ocurre en el interior de la caja negra del universo.

Incluso la ciencia, que se presenta como una disciplina rigurosa y objetiva, se enfrenta al desafío de desentrañar la complejidad de la existencia. La metáfora de la caja negra, proveniente de la cibernética, nos recuerda que el universo mismo es una entidad enigmática. A pesar de los intentos científicos de entender lo que sucede dentro de esta caja, la incertidumbre persiste, y la realidad se presenta como una red de entradas y salidas en constante interacción.

En la última década, las redes sociales han evolucionado de simples medios de comunicación a potentes herramientas que influyen en ámbitos personales, sociales y comerciales. Este fenómeno comenzó en los años 90 con plataformas como "AOL Instant Messenger" y "Windows Live Messenger," dejando una marca particular en la generación millennial (linebranding, 2023).

Hoy en día, estas plataformas han alcanzado una relevancia trascendental, traspasando las fronteras de la interacción personal para impactar en esferas empresariales y políticas. Sin embargo, este desarrollo no está exento de desafíos y consecuencias negativas que deben ser cuidadosamente considerados.

Las redes sociales, ahora parte integral de la vida cotidiana, se utilizan no solo para la comunicación personal sino también como una herramienta invaluable para emprendedores y grandes empresas. Sin embargo, este nuevo paradigma también trae consigo desafíos, como el exceso de información, la difusión de contenido inapropiado y la publicidad agresiva que, en lugar de conectar, satura a los usuarios.

Es crucial reconocer que las redes sociales no discriminan en función de la edad; adultos y adultos mayores también han adoptado estas plataformas, especialmente en el contexto de la pandemia mundial que ha impulsado aún más su uso.

La evolución constante de las redes sociales implica la implementación de nuevas estrategias de marketing. Aunque estas estrategias buscan atraer y beneficiar a los

usuarios, también presentan desafíos, como la dificultad de conectarse auténticamente con los clientes debido a la saturación publicitaria.

La Responsabilidad en el Uso de las Redes Sociales:

En este panorama, es imperativo adoptar un enfoque objetivo y específico al utilizar las redes sociales. La clave es conocer a fondo a la audiencia, no solo a los clientes, para ofrecer contenido relevante y atractivo. Sin embargo, esta herramienta de doble filo debe manejarse con responsabilidad, tanto a nivel personal como profesional.

Se destaca la importancia de salvaguardar la información personal y cuidar el contenido compartido, ya que, lamentablemente, algunos utilizan estas plataformas con intenciones maliciosas. Desde el robo de información hasta casos extremos como la extorsión, las redes sociales presentan riesgos que requieren una gestión consciente y restricciones adecuadas.

La Elección Estratégica de Plataformas:

Con la proliferación de opciones, surge la pregunta crucial: ¿Qué red social deberíamos usar? La respuesta yace en comprender el propósito de cada plataforma y seleccionar aquellas que se alinean con la marca y su audiencia. Instagram, enfocado en lo visual, difiere de LinkedIn, una plataforma corporativa.

La elección estratégica se vuelve aún más crucial al considerar que el éxito no radica en la cantidad de seguidores, sino en la calidad y consistencia del trabajo. Es esencial invertir tiempo y esfuerzo de manera inteligente, evitando la saturación de múltiples plataformas y enfocándose en aquellas que realmente benefician a la marca.

Las redes sociales son una herramienta de doble filo, capaz de construir o destruir reputaciones y conexiones. Para triunfar en este espacio digital, se requiere una comprensión profunda y un manejo consciente. Los riesgos inherentes, como la pérdida de privacidad y la influencia negativa, deben abordarse con estrategias sólidas.

¿Cómo afecta el uso excesivo de la incorporación de la tecnología en nuestras vidas?

En última instancia, el éxito en las redes sociales no se mide por la cantidad de seguidores, sino por la calidad y la coherencia de la presencia en línea. A través de una cuidadosa planificación, selección estratégica de plataformas y una gestión responsable, se puede aprovechar al máximo el potencial positivo de las redes sociales sin caer en sus trampas negativas. La construcción o destrucción de una marca en estas plataformas está en manos de aquellos que las utilizan y gestionan con sabiduría y responsabilidad.

"La dependencia con el entretenimiento electrónico, los juegos virtuales, entre otros, además de afectar la salud a la larga conlleva al individuo al aislamiento y a perder el contacto con

la realidad social, emocional y familiar, logrando reducir la habilidad de interacción social y la productividad" (MSPBS, 2017).

En el contexto del posthumanismo, se plantea una dualidad intrigante: el cuerpo humano, dividido en sus aspectos físicos y psíquicos. Sin embargo, la relación mente-cuerpo y la interacción entre lo consciente y lo inconsciente introducen un dilema profundo. Aunque la neurociencia ha avanzado en la comprensión de estas dinámicas, la caja negra persiste, ocultando los mecanismos precisos de cómo la mente interpreta y da significado al mundo.

La relación entre consciente e inconsciente, heredera de la teoría freudiana, continúa siendo una caja negra en sí misma. La formación del lenguaje, la creación de significados y la asignación de valor subjetivo a las experiencias son procesos que, aunque observables desde el exterior, no ofrecen certezas sobre cómo se gestan en lo más profundo de la psique.

La ilusión del yo, ese constructo fundamental en nuestra comprensión de la realidad, se revela como una construcción compleja que nos encanta mantener. Aunque intentemos descifrar las cajas negras, descubrimos que nuestra comprensión está limitada por nuestra propia naturaleza subjetiva y nuestras creencias arraigadas.

Al explorar la intersección entre el posthumanismo, el ego y el equilibrio en este contexto, emergen cuestiones profundas sobre la naturaleza humana y su relación con la tecnología.

El posthumanismo propone la mejora y modificación de las capacidades humanas a través de la tecnología. Esta idea desafía la noción kabbalística de que la esencia humana es intrínsecamente divina. La modificación excesiva podría desequilibrar la conexión espiritual al buscar la trascendencia a través de medios artificiales en lugar de la transformación interna.

La Kabbalah enseña que el ego, la parte egoísta y separada de la realidad, es una barrera para la conexión con lo divino. El posthumanismo, al buscar la mejora ilimitada de las capacidades individuales, podría exacerbar el ego, desviando la atención de la conexión espiritual y generando una desconexión con el equilibrio necesario para la armonía.

El Árbol Sefirotico presenta diez sefirot, cada una representando aspectos específicos de la divinidad y la creación. El equilibrio entre estas sefirot es esencial para la armonía cósmica. La intervención excesiva del posthumanismo, sin una comprensión espiritual, podría desestabilizar este equilibrio al enfocarse únicamente en la mejora material, descuidando la espiritualidad. El hecho de querer mejorarse a uno mismo de manera sintética va traer muchos conflictos en el futuro como ¿Qué es una persona? Si llegamos a una etapa donde el ser humano pueda mejorar y sustituir cualquier parte de su cuerpo ¿Sabremos cuánto es



suficiente?, porque en era actual ya se plantea usar chips en el interior del cuerpo para expandir nuestras capacidades y conectarnos a diversos dispositivos ¿Qué tan mejores queremos ser? ¿En comparación a D-os que tan mejores podemos ser? ¿Sabremos parar? ¿Qué tan mejor es suficiente?

La Kabbalah enfatiza la ética y la responsabilidad espiritual. El posthumanismo plantea desafíos éticos significativos, especialmente en la manipulación genética y la inteligencia artificial. La falta de consideraciones éticas podría conducir a desequilibrios en la relación entre lo humano y lo divino, alterando la esencia de la existencia humana.

Aunque la Kabbalah no se opone a la tecnología, destaca la necesidad de unir lo divino con lo humano de manera equilibrada. La integración de tecnologías avanzadas debe hacerse con respeto a la integridad espiritual y ética. La desconexión del equilibrio espiritual puede llevar a la pérdida de la esencia humana.

Cómo nos Afecta:

- La búsqueda desenfrenada de mejoras tecnológicas sin un fundamento espiritual podría generar desequilibrios en la relación entre el hombre y la divinidad.
- La pérdida de la conciencia ética en la aplicación de tecnologías posthumanistas podría tener consecuencias perjudiciales para la armonía cósmica y la conexión espiritual, ya no digamos a nivel psicologico.

En última instancia, la existencia humana se desenvuelve en un mar de incertidumbres, donde las cajas negras persisten como recordatorios humildes de que, aunque podamos explorar, cuestionar y teorizar, siempre habrá aspectos de la realidad que permanecerán velados, desafiando nuestras más profundas indagaciones. La travesía continúa, entre la fascinación y la humildad, explorando las cajas negras de la existencia.

La noción de cajas negras se extiende más allá de la exploración del universo externo y alcanza la esfera interna de la psique humana. En este contexto, la caja negra del ego se revela como un fenómeno fascinante y complejo que merece una atención especial (Hernández & Ruzzarin, ¿Por qué crees lo que crees?, 2022).

El ego, esa entidad que se erige como la narradora central de nuestra experiencia, es una caja negra en sí misma. Su función y su influencia sobre nuestras acciones y percepciones están parcialmente ocultas, sometidas a la intrincada red de creencias, experiencias pasadas y mecanismos psicológicos que forman parte de nuestro ser.

La relación entre el ego y las cajas negras exteriores es reveladora. Al explorar los sistemas de pensamiento y las creencias que moldean nuestra comprensión del mundo, descubrimos que el ego se convierte en el filtro a través del cual interpretamos y procesamos la realidad. La caja negra del ego, alimentada por creencias arraigadas y

patrones mentales, influye en cómo percibimos y respondemos a las entradas del mundo exterior.

La autoconciencia, esencial para entender el funcionamiento del ego, se convierte en una herramienta crucial para abrir la caja negra interna. Sin embargo, la paradoja se revela: ¿cómo puede la mente explorarse a sí misma cuando está condicionada por la misma caja negra que intenta entender?

Aquí es donde las creencias arraigadas, los prejuicios y las narrativas personales entran en juego. El ego, a menudo, se aferra a estas creencias como verdades fundamentales, construyendo una realidad subjetiva que puede divergir de la objetividad. La ilusión del yo, anteriormente explorada en el contexto del posthumanismo, también se manifiesta en la construcción del ego, donde la autoimagen se convierte en una narrativa cuidadosamente tejida, pero limitada.

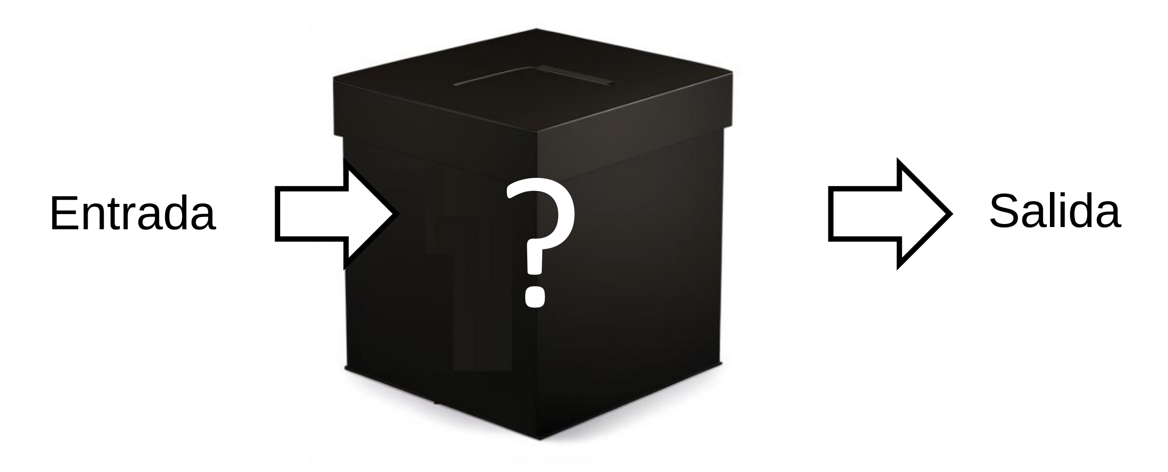
En este proceso, el ego, entendido como la identidad individual autónoma, se ve cuestionado. La búsqueda de la mejora y la superación de las limitaciones humanas pueden implicar la disolución del ego en favor de una conciencia más amplia y conectada, donde la distinción entre lo humano y lo tecnológico se difumina, planteando interrogantes sobre la persistencia de la individualidad en un escenario posthumano.

La confrontación con la caja negra del ego implica desentrañar estas creencias arraigadas y explorar las capas más profundas de la autoconciencia. Aquí, la humildad (Hod) juega un papel crucial, ya que reconocer la limitación de nuestra comprensión es el primer paso para trascender las barreras autoimpuestas.

El viaje hacia la autoconciencia y la comprensión del ego es un proceso continuo (Yesod). Requiere valentía para cuestionar las narrativas familiares, desafiar las creencias arraigadas y explorar las sombras de la psique. La apertura a nuevas perspectivas y la disposición a reconsiderar nuestras verdades personales son elementos esenciales en este viaje.

En última instancia, la relación entre las cajas negras exteriores y la caja negra del ego revela la interconexión entre la exploración del universo externo y la autoexploración interna. Ambas travesías comparten la necesidad de humildad, apertura y un deseo constante de comprender lo desconocido, ya sea en las estrellas lejanas o en los recovecos más profundos de la mente humana.





¿Por qué el ser humano es un ser narrado?

Hay varias razones por las cuales se argumenta que el ser humano es un ser narrado:

Las historias que contamos sobre nuestras experiencias, relaciones y logros contribuyen a la formación de nuestra identidad. Al relatar nuestras vidas, creamos un sentido de continuidad y coherencia que da forma a nuestra percepción de quiénes somos.

La narración es un medio fundamental de comunicación entre los seres humanos. Compartimos nuestras experiencias y conocimientos a través de historias, lo que nos permite conectarnos y comprender la realidad desde la perspectiva de los demás. La construcción compartida de significado a través de las historias fortalece los lazos sociales.

Los seres humanos interpretan y dan sentido al mundo a través de narrativas. Las historias nos permiten organizar la complejidad de la realidad, proporcionando marcos interpretativos que influyen en cómo percibimos y entendemos eventos y fenómenos.

La narración desempeña un papel crucial en la memoria y el aprendizaje. Recordamos y asimilamos información de manera más efectiva cuando se presenta en forma de relato. Las historias facilitan la retención y transmisión de conocimientos a través de generaciones.

Las narrativas no solo miran hacia el pasado, sino que también proyectan hacia el futuro. Al construir narrativas sobre metas, aspiraciones y deseos, los seres humanos dan forma a sus expectativas y orientan sus acciones hacia ciertos objetivos.

El ego como una fuerza dominante y sutil que dirige los hilos invisibles de nuestras vidas. Este análisis busca desentrañar el concepto del ego y examinar cómo se manifiesta a través del comportamiento humano, destacando sus aspectos más oscuros y su capacidad para tejer complejas narrativas autoengañosas.

El ego, es descrito como un hambriento buscador de aprobación y validación. Se nos presenta como la voz que impulsa nuestras acciones, motivándonos a levantarnos cada mañana y a soportar las tribulaciones cotidianas. Sin embargo, la ironía reside en que este impulso aparentemente positivo se construye sobre la frágil base de la aprobación externa. La búsqueda desesperada de reconocimiento se convierte en una obsesión, y el ego se convierte en un maestro manipulador que nos persuade a aguantar el dolor y el sufrimiento con la promesa de una futura recompensa de validación.

La adicción del ego por la aprobación ajena pinta una imagen impactante de la dependencia del ego de las palmaditas en la espalda y los elogios externos. Esta adicción a la aprobación se convierte en una prisión invisible que controla nuestras acciones y decisiones, limitando nuestra libertad y confinándonos a un ciclo interminable de búsqueda de validación.

La dualidad del ego al resaltar su papel como narrador interno. A través de la autoafirmación, el ego busca construir una imagen idealizada de uno mismo, presentándonos como seres atractivos, generosos, divertidos e inteligentes. Sin embargo, esta construcción ilusoria choca con la realidad de que todos somos, en última instancia, "monos trajeados suplicando la aprobación de los demás" (Ritchie, Revolver, 2005). La ilusión del yo perfecto se desmorona cuando se expone la vulnerabilidad inherente a la condición humana.

El enfoque en la "caja negra del ego" destaca la opacidad y la complejidad de este fenómeno psicológico. La analogía de la caja negra sugiere que el ego es en parte desconocido incluso para nosotros mismos, una entidad que opera en las sombras de nuestra conciencia. Esta falta de autoconciencia se convierte en un terreno fértil para el autoengaño, donde la narrativa construida por el ego puede alejarse drásticamente de la realidad.

La lucha interna de cada ser humano contra su propio ego destaca la naturaleza conflictiva de esta relación. El ego, presentado como un enemigo astuto, manipulador y autoritario, se revela como una fuerza autodestructiva que perpetúa el sufrimiento mental. La analogía de "ganar la partida" ilustra la lucha constante entre la autoaceptación y la autoafirmación, y cómo el ego, disfrazado como "mejor amigo", juega un papel en perpetuar el conflicto.

En última instancia, el mensaje central radica en la necesidad de despertar a la autoconciencia y cuestionar las narrativas autoimpuestas del ego. La llamada a "abrazar el dolor" sugiere que el camino hacia la liberación implica enfrentar las verdades incómodas y desmantelar las construcciones ilusorias del ego. Este viaje hacia la autoconciencia, aunque desafiante, ofrece la promesa de la verdadera libertad mental y la posibilidad de trascender las cadenas invisibles del ego.

El ego es el gran enemigo a vencer en Kabbalah y el gran reto es dominar las Sefiroth, es decir las dimensiones de nuestra conciencia para poder recibir y dar la luz infinita, si



nosotros estamos plenos, ayuda a que otros también comiencen a obtener parte de esa luz, de esta manera nos convertimos en generadores de cambio, lo cual hace falta en el mundo y también como especie, hace falta un cambio de conciencia y dejar de pensar en el mundo material, sino se acelerará nuestra destrucción como especie, como por ejemplo:

La teoría de Olduvai propuesta por primera vez por Richard Duncan en 1996 (wikipedia, 2023), que sugiere que la civilización humana experimentará un declive irreversible hacia un estado preindustrial similar al de la Edad de Piedra debido a una combinación de factores, como el agotamiento de los recursos naturales, el cambio climático y la sobrepoblación. Según la teoría, la civilización humana evolucionó en un ciclo de cuatro fases: prehistoria, era agrícola, era industrial y declive industrial. La teoría de Olduvai plantea que la actual civilización industrial tendrá una duración máxima de cien años, contados desde 1930, y que a partir de 2030 en adelante la humanidad empezará a caminar hacia atrás, regresando poco a poco a niveles de civilización comparables a los de etapas pasadas. Según los que defienden esta teoría, en el año 3000 d.C., la civilización humana habrá vuelto a sus formas más primitivas, sustentando la supervivencia en actividades como la caza (supercurioso.com, s.f.).

Es muy similar al Experimento Universo 25 realizado en 1968 por el psicólogo John B. Calhoun para estudiar los efectos del hacinamiento y la sobrepoblación en ratones de laboratorio. El experimento se llevó a cabo en una estructura de alambre de acero de 2,7 metros cuadrados, que contenía un suministro ilimitado de agua y alimentos, así como un espacio habitable para los ratones.

Se introdujeron ocho ratones (cuatro machos y cuatro hembras) y se les permitió reproducirse y vivir allí en condiciones ideales. Inicialmente, la población de ratones se duplicó cada 55 días y alcanzó su punto máximo de 620 individuos en el día 315 del experimento (dimensionalterna.net, s.f.).

Sin embargo, a medida que la población de ratones aumentaba, en el día 520 llego a "2.200 ratones y poco después exhibió una variedad de comportamientos anormales, frecuentemente destructivos" (wikipedia, s.f.), como la agresión, el canibalismo, la falta de interés en la reproducción y el aislamiento social. Con el tiempo, la población de ratones disminuyó hasta que finalmente desapareció por completo en el día 600 del experimento, a este comportamiento se le conoció como ***drenaje conductual*** o ***hundimiento conductual*** que fue producto de la sobrepoblación.

El experimento Universo 25 ha sido utilizado como una metáfora para entender los problemas sociales y culturales de la humanidad en la era moderna.

En el problema descrito en la teoría de Olduvai y en el Experimento Universo 25 se encontraría en la falta de equilibrio entre el egoísmo individual y la responsabilidad social. La Kabbalah sostiene que el egoísmo es la fuente de todos los problemas de la humanidad, incluyendo el agotamiento de los recursos naturales y la sobrepoblación. En



este sentido, serían ejemplos de cómo el egoísmo puede conducir a la autodestrucción de la sociedad.

Si todos trabajáramos juntos para controlar nuestras emociones y pensamientos, ¡podríamos compartir la luz infinita! Si estamos felices y saludables, ¡podemos ayudar a otros a sentirse así también! Pero, si seguimos siendo egoístas y no nos preocupamos por los demás y nuestro mundo, ¡podemos destruir todo lo que nos rodea! La teoría de Olduvai y el Experimento Universo 25 nos muestran lo importante que es encontrar el equilibrio entre nosotros mismos y los demás. ¡Compartir es la clave para hacer del mundo un lugar mejor! Podemos hacer esto mostrando bondad, amor y compasión a los demás todos los días, mostrando gratitud, perdonando. ¡Busquemos compartir la luz infinita y hacer un cambio en el mundo!

Las Emociones, el ambiente y el cuerpo humano están conectados.

Hace tiempo un amigo me explicó *"que las emociones son un reflejo del estado del cuerpo y de nuestra salud, se nota cuando una persona tiene vitalidad, incluso en su voz, la felicidad tiene un efecto positivo en nuestro cuerpo"*.

En su momento no le di mucha importancia, pero después de algún tiempo me di cuenta lo que me había dicho era muy importante, cada ser humano cuenta parte de su historia con las emociones que manifiesta hacia los demás, ya que son producto de sus vivencias y experiencias pasadas, en el vibrante telón de fondo de la vida, la frase resonó en mi mente, cuando hablas con alguien y eres muy observador, como una melódica armonía entre nuestras emociones y la sinfonía de nuestra salud, puedes darte cuenta de la percepción de las personas. Es como si cada latido de nuestro corazón, cada suspiro y risa, fueran notas musicales que componen la melodía de nuestra existencia.

Cada uno de nosotros es un protagonista en la obra de la vida, donde las emociones son los pinceles que pintan el lienzo de su ser. En nuestro rostro resplandece la vitalidad, un destello de energía que emana desde lo más profundo de su ser. Es palpable, incluso en el brillo de sus ojos y en la cadencia de su voz. La vitalidad se manifiesta como una danza, una danza de alegría y vitalidad que fluye con cada palabra que pronuncia.

La voz, ese instrumento único que lleva consigo las huellas dactilares emocionales, revela más de lo que las palabras podrían expresar. En esta historia, la voz se convierte en un narrador silencioso de la alegría, la tristeza y la vitalidad que late en el corazón del personaje. Es una sinfonía de tonos que reflejan la riqueza y la complejidad de sus experiencias emocionales.

Y ahí, entre los giros y vueltas de la narrativa, la felicidad emerge como el héroe silencioso. Su influencia, como una corriente cálida y acogedora, se filtra en cada rincón del cuerpo del protagonista. La felicidad es como un elixir que nutre las células, ilumina la mirada y enciende el brillo en la voz. Es el arte de vivir pintado con colores de dicha y gratitud.

Pero, ¿qué esconde esta trama emocional? En cada risa, en cada suspiro de gozo, se desvela la conexión íntima entre el bienestar emocional y la salud física. Es un recordatorio apasionante de que nuestras emociones son más que simples respuestas internas; son el eco visible de la vitalidad que late en nuestro ser.

Así, la historia de cada protagonista se convierte en un viaje emocionante, donde las emociones son los capítulos que dan forma a su salud y bienestar. En este relato, la felicidad es la guía, y la vitalidad es la luz que ilumina el camino hacia un estado de plenitud y conexión entre cuerpo y alma.

Pregúntate a ti mismo(a) si realmente eres el protagonista de tu propia vida y si no es así ¿Cómo podemos lograrlo? Pues el primer paso es el abandono del ego, ya que el ego te



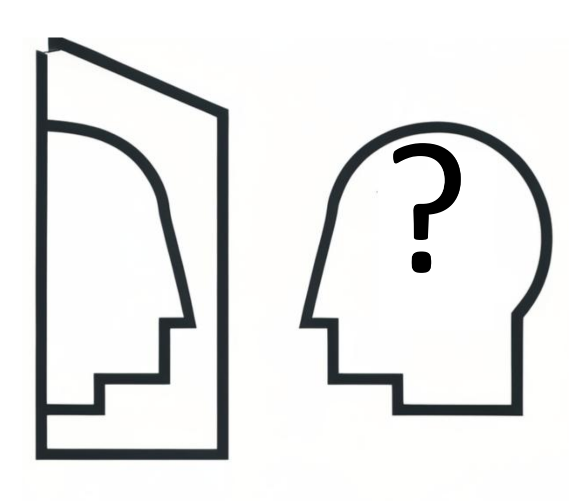
hace vivir tu historia como otros creen que es correcto para ti, en el vasto teatro de la existencia, una historia tejida con los hilos de la realidad y la ilusión. En este escenario efímero, cada uno de nosotros se erige como el protagonista de una trama única, donde el abandono del ego se revela como el catalizador de una narrativa excepcional.

En el comienzo, estamos envueltos en las capas densas de nuestro propio ego, una narración autoimpuesta que moldea nuestra percepción del mundo. Nos aferramos a las etiquetas, roles y expectativas, como personajes encasillados en un guion preestablecido. Pero, en algún momento, un destello de consciencia nos susurra al oído que somos más que las limitaciones autoimpuestas.

El abandono del ego fue el acto audaz que transforma el curso de nuestra historia personal. Imagina este momento como el giro inesperado en una trama épica, donde el héroe decide soltar las cadenas que lo mantenían prisionero. Con valentía, nos desprendimos de las capas del ego, dejando que las máscaras caigan una a una.

Es en ese acto de liberación que nos convertimos en los verdaderos arquitectos de nuestra narrativa. Al desprendernos de las ataduras del ego, nos sumergimos en la autenticidad de nuestra esencia. La historia deja de ser una farsa escrita por las expectativas ajenas y se convierte en una epopeya escrita con las tintas de nuestra verdad más profunda.

Cada paso sin el peso del ego se vuelve una aventura, cada elección una página en blanco donde podemos plasmar nuestra autenticidad. Ya no somos meros actores siguiendo un guion ajeno; somos los autores de nuestra propia odisea. La libertad de ser, de explorar las infinitas posibilidades sin las cadenas del ego, nos convirtió en verdaderos creadores de nuestra realidad.



A medida que avanzamos en esta nueva trama, nos damos cuenta de que no somos simples personajes; somos seres narrados. Cada encuentro, desafío y logro se tejía en la trama de nuestra vida, no como eventos aislados, sino como capítulos interconectados que dan forma a nuestra historia en constante evolución.

En este viaje sin el ego, descubrirás que la verdadera grandeza (Netsaj) residía en la humildad (Hod), en renunciar al ego que buscaba el protagonismo a toda costa. Al permitirnos ser narrados por las experiencias y conexiones que surgen en nuestro camino, encontramos una riqueza en la simplicidad de ser testigos y participantes en la historia de la vida.



Así, el abandono del ego se convierte en la epifanía que nos lleva a comprender que no éramos solo los protagonistas, sino también los narradores de nuestra propia epopeya. Y en cada página escrita con sinceridad y desapego, descubrimos la magia de ser los verdaderos arquitectos de nuestra historia, forjando una trama que resuena con la autenticidad de nuestro ser. Es amarnos a nosotros mismos con humildad:

Amarnos a nosotros mismos sin ego implica cultivar un amor propio genuino y saludable, despojado de las distorsiones y autoimágenes infladas que a menudo caracterizan al ego. Se trata de abrazar nuestra esencia con compasión, aceptación y autenticidad, liberándonos de las trampas del ego que puede distorsionar nuestra percepción de quiénes somos y condicionar nuestro sentido de valía.

Es muy cierto en este sentido, el Dr. Mario Alonzo Puig dice que la felicidad se encuentra en el amor, y cuando lo logramos, es porque la mayoría lo nota, recuperamos el sentido de unidad. Las personas se notan distintas pero no distantes (Alonzo Puig, motivareal, s.f.). Cuando somos felices, podemos respirar mejor, con una respiración más diafragmática y menos torácica, como cuando éramos niños. Nuestro cuerpo reacciona de manera diferente ante la ausencia de felicidad y ante la felicidad. Por ejemplo, el Dr. Alonzo considera la oxitocina como la hormona de la felicidad y del encuentro. Es la hormona que hace que las personas se acerquen y se escuchen (Alonzo Puig, Mentes expertas, s.f.).

Además un estudio realizado por investigadores finlandeses muestra una estrecha relación entre el cuerpo y las emociones, y demuestra que la mayoría de las emociones básicas se sienten localizadas en la cabeza y la parte superior del cuerpo, es decir las emociones se somatizan lloramos, reímos, nos late corazón estrepitosamente, se agita nuestra respiración, se contraen nuestro músculos, etc. mientras que la felicidad y el amor se extienden por todo el cuerpo. Cuando se menciona en el estudio la localización de las emociones se refiere al lugar en su cuerpo donde sentían esas emociones, donde sentían el estímulo. El estudio constató que la respuesta a las emociones es universal y que la intensidad de las emociones está directamente relacionada con la intensidad de las sensaciones mentales y físicas. El conocimiento de cómo experimentamos estas emociones en nuestro cuerpo nos puede guiar en la toma de decisiones y en el tratamiento de algunos trastornos de salud mental (Barreiro, 2020).

La conexión entre las emociones que experimentamos y las sensaciones físicas que sentimos en nuestro cuerpo. Estas sensaciones físicas pueden ser muy intensas y variar desde sentir mariposas en el estómago hasta tener un nudo en la garganta, sentir una patada en la boca del estómago, sentir que nos rompen el corazón o incluso pensar que nos va a estallar la cabeza cuando nos enfadamos mucho (Barreiro, 2020).

Estas sensaciones son reales y que ocurren en diferentes partes de nuestro cuerpo cada vez que experimentamos una emoción. Estas sensaciones pueden ser causadas por diversas emociones, como miedo, tristeza, alegría, vergüenza, envidia, felicidad o sorpresa.

Las sensaciones físicas no son solo frases hechas o algo que se siente en la cabeza, sino que son una experiencia real que se desencadena en nuestro cuerpo como resultado de nuestras emociones. Estas sensaciones físicas pueden ser tan reales como el dolor de una pancreatitis, lo que destaca la importancia de la conexión entre nuestras emociones y nuestro cuerpo (Barreiro, 2020).

Todas las sensaciones emocionales tienen repercusión en nuestro organismo, estas sensaciones son producto del ambiente que nos rodea, ¿Pero hasta que nivel influye el ambiente o estímulos que recibimos?

El Dr. Lipton es un biólogo celular que ha descubierto algo interesante sobre las membranas celulares. Él dice que estas membranas son muy complejas, pero que han sido estudiadas durante mucho tiempo y entendidas mejor en las últimas décadas. Descubrió que las moléculas en la membrana celular están organizadas en un patrón similar al de un cristal. Esto es importante porque ayuda a la membrana a funcionar como un sistema de procesamiento de información. Lipton dice que la membrana es como un chip de ordenador, porque tiene entradas y canales y funciona como un cristal líquido semiconductor. Además de las funciones de las proteínas receptoras y canal en la membrana son importantes para permitir el paso de nutrientes y materiales de desecho. Lipton cree que la célula es como un ordenador personal, ya que ambos son programables y la información que reciben del entorno afecta a su actividad. Argumenta que la membrana celular es como un teclado, porque recibe información, y la CPU de la célula, porque procesa esa información. Lipton cree que el ADN es como una unidad de disco duro que contiene la programación para producir proteínas. Si le quitas el núcleo, la célula seguirá funcionando pero morirá después de un tiempo porque ya no tendrá el programa para sintetizar proteínas. Además, señala que la célula es programable y que la actividad biológica está dinámicamente relacionada con la información procedente del entorno. Afirma que su descubrimiento de la membrana mágica demuestra que tenemos el control de nuestra biología y que podemos editar los datos que introducimos en nuestras biocomputadoras, convirtiéndonos en amos y señores de nuestro destino y no en víctimas de nuestros genes (H. Lipton, pág. 67).

Debo explicar unos conceptos para para a la siguiente reflexión de Lipton, los autorreceptores son como antenas en las células que les permiten detectar señales químicas liberadas por ellas mismas y responder de manera adecuada. Por ejemplo, en las neuronas, los autorreceptores detectan la liberación de neurotransmisores y ayudan a controlar la actividad de la célula.

Las células genéricas son aquellas que han sido separadas del cuerpo y ya no reciben las señales químicas del cuerpo, por lo que pierden su identidad única. Las células no genéricas tienen autorreceptores y, por lo tanto, reflejan la identidad única del individuo al que pertenecen.

Un ejemplo de célula genérica es una célula del hígado que ha sido separada del cuerpo y ya no recibe las señales químicas del cuerpo. Un ejemplo de célula no genérica es una célula de la piel que se encuentra en el cuerpo de un individuo y tiene autorreceptores que reflejan su identidad única.

Lipton afirma que nuestro cuerpo tiene autorreceptores que captan señales del ambiente y que son importantes para nuestra adaptación, identidad y supervivencia. Estos autorreceptores captan señales del entorno y son una imagen complementaria de las moléculas del ambiente. Además, Lipton sostiene que nuestra identidad no está dentro de nuestro cuerpo, sino que se encuentra en las fuentes del exterior y que las señales son recogidas por las proteínas en la superficie de nuestras células, llamadas autorreceptores. (H. Lipton, pág. 134).

Lipton también menciona la posibilidad de que los órganos trasplantados de otra persona aún conservan los receptores de identidad del donante y pueden causar cambios conductuales y psicológicos en el receptor. Por ejemplo, hay estudios de personas con trasplantes de corazón que han comenzado a recoger características de la persona que donó el órgano, lo que sugiere que las células del órgano trasplantado todavía tienen los autorreceptores de la persona que ha muerto y pueden transmitir su identidad. (H. Lipton, pág. 134) (D Beuses, s.f.).

Menciona la posibilidad además de que los órganos trasplantados de alguien que murió son un ejemplo de reencarnación, ya que en el futuro, un embrión con los mismos receptores de identidad puede convertirse en la persona que donó el órgano, lo que significa que nuestra identidad no está completamente limitada a nuestro cuerpo físico, sino que está influenciada por el ambiente que nos rodea.

¡Esto es tan emocionante! ¡Nuestro cuerpo, mente y espíritu están todos conectados! Al respecto la Kabbalah nos enseña que nuestra alma y nuestra conexión con lo divino están influenciadas por las energías que nos rodean y por las elecciones que hacemos en nuestra vida diaria. Que somos una extensión del universo y que nuestras acciones y pensamientos tienen un impacto en todo lo que nos rodea.

La Kabbalah nos brinda una perspectiva fascinante al enseñarnos que nuestra alma y su conexión con lo divino son moldeadas por las energías que nos rodean y por las elecciones que tomamos en nuestra vida cotidiana. Nos revela que somos una extensión del vasto universo y que nuestras acciones y pensamientos reverberan más allá de nosotros, teniendo un impacto en todo lo que nos rodea.

En el marco de la Kabbalah, las emociones ocupan un lugar central. Reconoce la importancia de entender y manejar nuestras emociones. El control emocional se convierte en una habilidad crucial, una joya que nos permite dirigir y regular nuestras emociones de manera consciente y efectiva. Desarrollar técnicas de control emocional, como nos enseña



la Kabbalah, se vuelve esencial para mejorar el bienestar mental y cultivar relaciones interpersonales saludables.

En este viaje emocionante de autodescubrimiento, la Kabbalah nos guía a través de prácticas y enseñanzas que no solo conectan nuestros cuerpos, mentes y espíritus, sino que también nos permiten comprender y gestionar nuestras emociones. Es un recordatorio de que nuestras elecciones no solo afectan nuestra realidad personal, sino que también contribuyen a la vibración del universo en su totalidad. La conexión entre la filosofía kabbalística y el control emocional se convierte así en un camino hacia la armonía interna y la influencia positiva en el tejido mismo del cosmos.

Las emociones son algo muy importante en la cábala, El control emocional es la habilidad de manejar y regular las emociones de manera consciente y efectiva. Desarrollar técnicas de control emocional puede ser fundamental para mejorar el bienestar mental y las relaciones interpersonales. Aquí hay algunas técnicas efectivas:

Conciencia Emocional:

Mindfulness: Practicar la atención plena implica estar consciente del momento presente sin juzgar las emociones. La meditación mindfulness puede ayudar a desarrollar esta habilidad.

Regulación Emocional:

Respiración Profunda: La respiración profunda y consciente puede ayudar a reducir el estrés y a calmarse. Inhala profundamente por la nariz, retén la respiración por unos segundos y exhala lentamente por la boca.

Visualización: Imaginar imágenes tranquilas o situaciones positivas puede ayudar a cambiar el estado emocional.

Práctica de la Gratitud: Enfocarse en aspectos positivos de la vida y expresar gratitud puede cambiar la perspectiva y generar emociones positivas.

Actividad Física: El ejercicio regular libera endorfinas, que son neurotransmisores asociados con la felicidad y el bienestar.

Expresión Constructiva:

Comunicación Asertiva: Expresar de manera clara y respetuosa lo que se siente puede prevenir conflictos y ayudar a construir relaciones saludables.

Diario de Emociones: Llevar un diario donde se registren las emociones y pensamientos puede proporcionar claridad y ayudar a identificar patrones.

Reevaluación Cognitiva:

Reestructuración Cognitiva: Identificar y cambiar patrones de pensamiento negativos puede influir en las emociones. Cuestionarse pensamientos automáticos y reemplazarlos por afirmaciones más realistas y positivas es parte de esta técnica.

Distanciamiento: Intentar ver una situación desde una perspectiva objetiva y distante puede ayudar a reducir la intensidad emocional.

Gestión del Tiempo y Prioridades:

Planificación: Organizar el tiempo de manera eficiente puede reducir el estrés y la sensación de abrumamiento.

Establecimiento de Metas: Establecer metas realistas y alcanzables puede proporcionar un sentido de logro y control.

Apoyo Social:

Conexión Social: Compartir experiencias y emociones con amigos, familiares o profesionales puede proporcionar apoyo emocional y perspectivas adicionales.

Buscar Ayuda Profesional: Un terapeuta o consejero puede ofrecer herramientas específicas para abordar desafíos emocionales.

Prácticas de Relajación:

Yoga: Combina técnicas de respiración, posturas y meditación para reducir el estrés y mejorar la flexibilidad emocional.

Biofeedback: Aprender a controlar respuestas fisiológicas, como la frecuencia cardíaca, puede contribuir al control emocional.

Desarrollo de la Resiliencia:

Afrontamiento Positivo: Enfrentar los desafíos con una mentalidad positiva y buscar soluciones constructivas puede fortalecer la resiliencia emocional.

Aprendizaje de Experiencias: Ver las dificultades como oportunidades de aprendizaje puede cambiar la percepción de las emociones asociadas a ellas.

El control emocional no implica suprimir emociones, sino gestionarlas de manera saludable. La combinación de estas técnicas puede adaptarse a las necesidades individuales y contribuir al desarrollo de habilidades efectivas de control emocional.

Los factores ambientales son relevantes en el control de las emociones un ejemplo de esto es la música que puede servir para relajarnos, bailar, cantar, concentrarnos, existen tantos diferentes tipos de melodías que ayudan e influyen en nuestra mente tanto de manera positiva como negativa.

La musicoterapia (a mí me ha servido mucho) es una práctica que utiliza la poderosa influencia de la música para inducir cambios positivos en el estado de ánimo y el bienestar general de una persona. Se ha convertido en una alternativa valiosa a otras formas de terapia, como la terapia cognitivo-conductual, demostrando ser efectiva en mejorar diversos aspectos de la salud mental. Este ensayo explora los fundamentos de la musicoterapia, su funcionamiento en el cerebro, su historia y origen, así como sus beneficios en comparación con otras formas de terapia.

¿Sabías también que la música puede ayudar a sentirnos mejor cuando estamos tristes o preocupados? Pues resulta que la musicoterapia es una forma de usar la música para ayudar a personas que han pasado por momentos difíciles, como cuando han tenido cáncer (despuésdelCancer, 2018).

¿Qué es la Musicoterapia?

La musicoterapia se basa en las respuestas y conexiones individuales con la música para estimular cambios positivos en el bienestar mental. Al utilizar una variedad de modalidades, como escuchar música, crear música con instrumentos, cantar o moverse con la música, esta forma de terapia busca mejorar la confianza en uno mismo, la comunicación, la independencia, la autoconciencia y la concentración. La interacción musical entre el paciente y el terapeuta juega un papel crucial, y la improvisación, la creación musical espontánea, también puede ser fundamental en este proceso (Klein & Zoppi, 2020).

¿Cómo Funciona la Musicoterapia?

La complejidad de cómo la música afecta el cerebro se refleja en la diversidad de sus componentes, como el tono, el ritmo y la melodía, que se procesan en diferentes áreas cerebrales. Desde el procesamiento del ritmo en el cerebelo hasta la decodificación de las señales emocionales en los lóbulos frontales, la música tiene un impacto multifacético en nuestra mente. La musicoterapia utiliza estas respuestas físicas profundas para abordar problemas de salud mental, aprovechando las conexiones entre la música y el centro de recompensas del cerebro (Klein & Zoppi, 2020).

Historia y Origen de la Musicoterapia

La presencia de la música en la vida humana se remonta a miles de años, y su uso terapéutico tiene raíces en la antigua Grecia. Sin embargo, la formalización de la musicoterapia como práctica terapéutica ocurrió en el siglo XX, después de la Segunda



Guerra Mundial. Desde entonces, la musicoterapia ha evolucionado y se ha extendido globalmente, con asociaciones y terapeutas trabajando en diversos entornos, desde consultorios privados hasta escuelas y centros de atención social (Klein & Zoppi, 2020).

Comparación con Otras Formas de Terapia

La musicoterapia se destaca por no depender exclusivamente de la comunicación verbal, siendo una opción valiosa para aquellos con dificultades en este aspecto, ya sea debido a discapacidades, condiciones neurodegenerativas o problemas de salud mental. Además, la posibilidad de llevar la terapia directamente a la persona, incluso en su hogar, amplía su accesibilidad. Las habilidades adquiridas en la musicoterapia también pueden aplicarse a la vida diaria, ofreciendo beneficios prácticos (Klein & Zoppi, 2020).

Beneficios de la Musicoterapia

La musicoterapia va más allá de la mejora de la salud mental, ofreciendo beneficios adicionales. La creación musical puede potenciar habilidades cognitivas y emocionales, así como cultivar responsabilidad y perseverancia. Los beneficios documentados incluyen una mayor autoestima, menor ansiedad, mayor motivación, liberación emocional exitosa y conexiones más fuertes con otras personas. En niños, la musicoterapia fomenta la expresión creativa, mejora la concentración y fortalece las relaciones familiares.

Cómo Ayuda con la Ansiedad y la Depresión

La musicoterapia ha demostrado ser eficaz en la reducción de la ansiedad, incluso en situaciones médicas intensivas. Además, estudios sugieren que puede mejorar los síntomas de la depresión cuando se combina con tratamientos estándar. La música impacta las hormonas del estrés, como la adrenalina y el cortisol, aliviando los síntomas de ansiedad y depresión.

Un Enfoque Creativo para la Salud Mental

Aunque la musicoterapia no constituye una cura para las enfermedades mentales, ofrece una herramienta efectiva y placentera para aliviar síntomas y mejorar la calidad de vida. Al explorar emociones a través de la música, las personas pueden encontrar una forma única y creativa de expresarse, procesar experiencias difíciles y fortalecer su bienestar mental. Con una base histórica rica y una evolución continua, la musicoterapia destaca como un enfoque valioso en el panorama de la salud mental contemporánea (Klein & Zoppi, 2020).

Un ejemplo de estos estímulos del mundo que nos rodea es la música, una expresión artística que es un estímulo externo del ambiente que siempre está presente en nuestras vidas, un estudio científico de Martín Fernández y sus colegas, quienes analizaron cómo la música afecta el cerebro de las personas. En el cual usaron una técnica llamada resonancia magnética funcional para estudiar el cerebro de personas sanas que escucharon cuatro



tipos de música: reggaetón, música clásica, folklore y electrónica (Martín Fernández y otros, 2021) (Martín Fernández, Washingtong Post, 2021).

Los resultados del estudio mostraron que el reggaetón activó significativamente más partes del cerebro que los otros tipos de música. Estas áreas incluyen las que controlan la audición, el movimiento y las respuestas relacionadas con el placer o el aprendizaje basado en la recompensa como puede ser adicciones como el tabaco, cocaína o el sexo (The Wild Project, 2023).

El estudio de Martín Fernández también encontró una relación entre la competencia musical y la activación cerebral en áreas específicas para el reggaetón y la música electrónica. En el caso del reggaetón, se observó que las personas que tenían más habilidad melódica mostraron más actividad cerebral. Además, durante la escucha de reggaetón, los oyentes parecen estar involucrados en la simulación de acciones, como cantar o bailar.

En el caso de la música electrónica, las personas con menos habilidad rítmica tuvieron respuestas cerebrales más grandes en una parte específica del cerebro. Sin embargo, el estudio no concluye que un género sea mejor o más beneficioso que otro para el cerebro.

Por otra parte derivado de ese estudio en particular el reggaetón se descubrió que **puede activar ciertas áreas del cerebro relacionadas con el movimiento y el placer, y que esto puede tener implicaciones en el tratamiento del Parkinson**. Fuera de que la mayoría de letras de este género suelen ser machistas (Martínez Noriega, 2014), como afirma Martínez Noriega (UAM) ya que contribuye a las asimetrías de género. En mi opinión podría ser muy útil en la salud cambiando las letras por unas no ofensivas o solo usando la melodía, ya que el estudio de Martin Fernández apunta a que su ritmo puede tener propiedades interesantes. Algunos opinan que es posible que la influencia de los ritmos jamaicanos y africanos en el reggaetón pudieran ser responsables de esta activación de los ganglios basales, una zona primitiva del cerebro. O pueda ser que la simplicidad del ritmo y la falta de complejidad tímbrica podrían ser factores que hacen que sea más fácil procesar el reggaetón y sincronizar los movimientos con él (neuro-class.com, s.f.). Por estas características sería útil posiblemente en terapias de tratamiento de Parkinson pero todavía no está demostrado ¡No es fantástico que la música pueda ayudar fisiológicamente a las personas y hacernos sentir bien como el Reggaeton!

Sin embargo, existe una visión crítica de este género musical. Un estudio de 2018 realizado por estudiantes de postdoctorado de la Universidad de Helsinki en Finlandia sugiere que el reggaetón puede llevar al cerebro a un estado de letargo debido a sus melodías pegajosas y letras fáciles de recordar. Según esta teoría, la escucha continua de reguetón podría contribuir a un deterioro cognitivo prematuro, ya que no requiere un esfuerzo cognitivo significativo (RTVE, 2021).



En resumen, el reggaetón parece tener efectos específicos en la activación cerebral relacionada con el movimiento y la liberación de dopamina, lo que explica su popularidad en entornos de baile y ejercicio. Sin embargo, persisten debates sobre sus posibles efectos cognitivos y la necesidad de más investigaciones, especialmente considerando la diversidad de opiniones sobre este género musical.

La musicoterapia puede ayudar a reducir el estrés y la ansiedad que sentimos cuando estamos enfermos, y también puede mejorar nuestra calidad de vida. Incluso después de terminar el tratamiento contra el cáncer, algunas personas pueden seguir sintiendo malestar, pero la musicoterapia puede ayudarles a sentirse mejor.

Es importante que la musicoterapia sea conducida por un musicoterapeuta profesional, que es una persona experta en usar la música para ayudar a los demás. Estos profesionales forman parte del equipo médico en los hospitales y en otras organizaciones que ayudan a personas con cáncer. ¡Así que ya sabes, la música puede ser una gran aliada para hacernos sentir mejor!

La música también puede afectar nuestras emociones y nuestra fisiología. Por ejemplo, algunas canciones pueden hacernos sentir alegres y animados, mientras que otras pueden hacernos sentir tristes o nostálgicos. La música también puede influir en nuestra respiración y en la forma en que nuestro cuerpo se mueve. El estudio mencionado anteriormente nos demuestra que la música puede ser una herramienta poderosa para mejorar nuestro estado de ánimo y nuestra salud en general.

La música tiene múltiples efectos positivos en el cerebro y la salud mental, según diversos estudios y expertos (Semana, 2021):

1. **Estimulación cerebral general**: La música activa diversas áreas cerebrales simultáneamente, siendo un gran entrenamiento para el cerebro.
2. **Mejora de la memoria y el sueño**: Escuchar música puede mejorar la memoria y favorecer un mejor descanso. También alivia el estrés y estimula habilidades de pensamiento que contribuyen a la salud cerebral con el tiempo.
3. **Desarrollo integral en todas las edades**: La música beneficia a personas de todas las edades, mejorando habilidades lingüísticas, creatividad y felicidad. Además, puede tener efectos positivos en enfermedades neurológicas como el Alzheimer, el Parkinson y el autismo.
4. **Incidencia en el estado de ánimo y la conexión emocional**: La música afecta el cerebro en niveles emocionales, liberando hormonas como la oxitocina que están relacionadas con la conexión emocional entre las personas.
5. **Asociación con recuerdos y atención**: La música puede asociarse a recuerdos emocionales significativos, y ayuda al cerebro a anticipar acontecimientos y mantener una mayor atención. Sin embargo, puede convertirse en fuente de distracción dependiendo del tipo de música y la persona.

6. **Música clásica y estimulación cerebral**: Compositores como Bach, Mozart o Beethoven, especialmente en música clásica, se consideran ideales para mejorar la concentración y estimular las funciones cerebrales. Estudios sugieren que la música clásica estimula neuronas relacionadas con la dopamina y la neurodegeneración.
7. **Sonidos de la naturaleza para la concentración**: Además de la música, los sonidos de la naturaleza también pueden ayudar a la concentración y estimular el cerebro.

En resumen, la música tiene una amplia gama de beneficios para la salud cerebral y emocional, aunque la preferencia musical puede variar según la persona. La elección de música clásica o de concentración puede ser especialmente útil en contextos educativos y de trabajo.

¿Qué otras cosas podemos utilizar para controlar las emociones?

Ahora te mencionare algunas prácticas de la kabbalah que pueden ayudar a controlar las emociones y a entender como estamos conectados con el universo incluyen:

- Meditación: La meditación es una práctica esencial en la kabbalah. Al meditar, se puede calmar la mente y reducir el estrés y la ansiedad. Esto puede ayudar a controlar las emociones y mejorar el bienestar emocional.

- Auto-reflexión: La kabbalah fomenta la auto-reflexión y la introspección. Al tomarse el tiempo para reflexionar sobre sus emociones y pensamientos, puede comprender mejor lo que está causando sus emociones y encontrar maneras de controlarlas.

- Practicar la gratitud: La gratitud es una práctica importante en la kabbalah. Al concentrarse en las cosas positivas de la vida y mostrar gratitud por ellas, puede reducir el estrés y mejorar su perspectiva, lo que puede ayudar a controlar las emociones negativas.

- Practicar la compasión: La kabbalah también enfatiza la importancia de la compasión hacia los demás y hacia uno mismo. Al practicar la compasión y el perdón, puede reducir la ira y la amargura, lo que puede ayudar a controlar las emociones negativas.

Desde la perspectiva de la Kabbalah, el cuerpo humano es visto como un vehículo a través del cual el alma se manifiesta en el mundo físico. Según esta enseñanza, el cuerpo humano es una herramienta valiosa que permite al ser humano experimentar y aprender acerca de la existencia. Las emociones, por su parte, son consideradas como una parte integral del ser humano, que influyen en su experiencia de vida y su relación con el mundo.

En cuanto al ambiente, la Kabbalah sostiene que todo en el universo está interconectado y que cada cosa tiene su lugar y su función. De esta manera, el ambiente y el mundo natural son vistos como una expresión de la sabiduría divina, que revela las fuerzas y energías que sustentan la vida.

La Kabbalah también sugiere que el conocimiento y la práctica de ciertos principios espirituales pueden ayudar a los seres humanos a desarrollar su potencial divino y alcanzar una mayor conexión con la fuente de toda la existencia.

¡Wow, la Kabbalah es súper emocionante! ¿Escuchaste lo que aprendimos que nuestras emociones, el ambiente, el universo, hasta células y nuestro cuerpo humano están todos conectados de alguna manera? La Kabbalah es lo que me ayudo a mí a encontrar esta información y compartirla porque te puede ser útil. Este conocimiento nos ayuda a entender que somos parte de un todo más grande. ¡Es como si fuéramos una pieza de un rompecabezas gigante! ¡Es asombroso cómo todo está conectado y la Kabbalah nos enseña cómo descubrir y aprovechar la información!

Nuestro verdadero potencial.

Para obtener la luz infinita ya explique de donde viene ese concepto, pero falta conocer como lo haces en Kabbalah, se logra alcanzando tu potencial infinito o tu máximo potencial, ahora para entender cómo lograr ese potencial anhelado debo explicar que es idea y pensamiento.

Una idea se refiere a una representación mental de algo, ya sea una imagen, libro, escultura, un concepto, una teoría, etc. Es decir, una idea es un producto de la mente humana que puede manifestarse en forma de pensamiento, lenguaje, arte, tecnología, entre otros. Las ideas pueden surgir de diversas fuentes, como la observación, la reflexión, la imaginación, la experiencia, entre otras.

Por otro lado, un pensamiento es un proceso mental que implica la manipulación de ideas o conceptos. Es decir, un pensamiento es un proceso cognitivo que nos permite procesar información, razonar, resolver problemas, tomar decisiones, entre otras funciones mentales. Los pensamientos pueden ser conscientes o inconscientes, y se manifiestan a través de la actividad neural en el cerebro.

En resumen, las ideas y los pensamientos están estrechamente relacionados, pero son conceptos diferentes. Las ideas son los contenidos mentales que se procesan en los pensamientos, mientras que los pensamientos son los procesos mentales que nos permiten manipular y transformar esas ideas. Ambos conceptos son fundamentales para entender la cognición humana y su capacidad para crear y transformar el mundo que nos rodea, esto te lo explico para que puedas materializar lo que quieres en tu vida. El



pensamiento según Gottlob Frege puede existir sin portador y es que las ideas no se pueden compartir ya que no podemos pasar lo que imaginamos en nuestro cerebro directamente a otra persona, pero un pensamiento sí, a través de las palabras, como por ejemplo el teorema de Pitágoras (Filosofía Cliché., 2021). Por otro lado la idea no es posible transmitirla, podemos hablar de un dolor con el médico pero solo nosotros tenemos ese dolor no lo podemos transmitir, Frege (1962) lo explica de la siguiente manera: "«el pensamiento de que 5 es un número primo es verdadero" contiene también Únicamente un pensamiento, a saber, el mismo pensamiento que el simple "5 es un número primo"." (Frege, 1962, pág. 63). Es decir que nosotros sabemos que un pensamiento es verdadero y fácil de transferir a través de símbolos por una ecuación matemática, sin embargo si nosotros no existiéramos el 5 siempre será número primo, no requiere de un portador, las palabras son pensamientos que podemos transmitir, pero no todo lo que se dice es pensamiento, Fregue llego a pensar que había palabras sin pensamiento, como hay algunas palabras que pueden ser consideradas más vacías de significado que otras, como por ejemplo algunas interjecciones como "eh" o "ah", que se utilizan más para indicar una respuesta rápida o para mostrar sorpresa ¿Crees que eso sea posible? ¿Esto último te lo dejo de tarea?

Un pensamiento es algo que podemos transferir a otras generaciones como la Kabbalah, las ideas son solo para nosotros mismos. Y es que en kabbalah esto se relaciona con experimentar el conocimiento es decir muchas veces tenemos grandes ideas que solo prevalecen y perduran en nuestra mente, y mueren con nosotros, no somos capaces de explotarlas y convertirlas en grandes pensamientos de manera que podamos expresar nuestro gran potencial que está oculto en lo más profundo de nuestra psique o conciencia, debido a nuestro ego, ya sea porque no le damos importancia, no creemos ser capaces, no creemos en nuestra propias ideas o creemos que ya sabemos todo, por un sin número de razones es culpa del ego, porque el ego solo nos da como referencia la comparación de nosotros mismos con las demás las personas, es decir nos fijamos a comparación de quien estamos mejor o peor, lo que nos lleva a un estancamiento, porque podemos ser más.

Michael Berg dice la siguiente frase: "La única persona con la que debes compararte es con la persona que tienes el potencial de llegar a ser" (kabbalah.com, 2014), esta frase tiene mucha profundidad porque la única persona con quien te puedes comparar eres tú mismo, solo así puedes crecer, la teoría de inteligencias múltiples nos dice que todos tenemos distintos tipos de inteligencias, todos tenemos distintas formas de aprender y desarrollarnos, la inteligencia emocional también nos da el conocimiento de que todos tenemos diferentes grados de manejo de las emociones, la cuales debemos entender, pero el principal enemigo a vencer es el ego, porqué limita tu potencial. Por eso, establece metas a largo plazo por ejemplo ¿Cómo soy ahora?, ¿Cómo era antes? y ¿Cómo quiero ser? O también a corto plazo ¿Cómo me siento hoy?, ¿Cómo me sentí ayer? ¿Cómo me quiero sentir mañana?, si escuchaste bien son cosas para estar bien pero no son cosas materiales, si tu estas bien y proyectas esa imagen, tienes esa motivación, y continuas desarrollándote lograras tus metas. Pero no es fácil, habrá tropiezos y seguramente te desanimaras, pero te tienes que sobreponer, ese es el ciclo de aprendizaje. Primero cree en



ti mismo, no escuches tu ego, no importa si nadie cree en ti, primero cree en ti mismo, no busques la aprobación ajena, se feliz.

Para que tú puedas mejorar, la Kabbalah propone el modelo del árbol de la vida, las Sefiroth las puedes ver como un desglose de la conciencia humana, son diferentes partes de nuestro pensamiento que tienes que equilibrar, es un método que ayuda a las personas a conocerse a sí mismas y poder entenderse y mejorar, pero no funciona si no eres sincero o sincera contigo, es como si tú te calificaras, el resultado de la información que obtengas de ti tendrás que mejorarlo por ti mismo, nadie más, pero vencer tu ego es solo un paso, te lo dije no será fácil.

Para poder alcanzar tu potencial total deberás pasar por dolor, angustia, miedo y pérdidas en la vida, pero la kabbalah te ayuda sacar la mejor versión de ti, para que cuando suceda no veas problemas sino desafíos, para que la imagen que tu proyectas sea la misma que tu sientes, de felicidad y plenitud, lo material es necesario pero no es la felicidad, las cosas fluirán a ti de acuerdo a tu esfuerzo como un efecto de tu trabajo, lo material no debe ser la causa de tu trabajo y mucho menos de tu felicidad. Es importante para que tu desarrolles y que alcances tu metas, actives tu verdadero potencial despertar tu conciencia, la verdadera esencia de tu alma, pero necesitas primero amor y compasión por ti mismo y por los demás, eliminar todo tu ego, entender el mundo de lo material, el manejo del lenguaje, saber compartir y recibir con los demás y saber encontrar las preguntas y repuesta correctas, esa guía te la da la kabbalah en cada una de las Sefiroth del árbol de la vida.

Haz un plan de vida, busca metas, busca que te hace feliz pero no está de más que utilices esta herramienta de la kabbalah, como lo hay muchas otras para conocerte a ti mismo.

Algunas actividades sugeridas por la Kabbalah para facilitar este crecimiento incluyen:

1. **Estudio y Reflexión:** La búsqueda del conocimiento y la reflexión profunda sobre aspectos espirituales y filosóficos contribuyen al crecimiento personal.
2. **Prácticas Espirituales:** La meditación, la oración y otras prácticas espirituales pueden ayudar a conectarse con dimensiones más profundas de la existencia.
3. **Prácticas de Bondad y Compasión:** Actuar con bondad y compasión hacia los demás es visto como fundamental para el crecimiento espiritual y la elevación personal.
4. **Autoconocimiento:** Entenderse a uno mismo, reconocer las propias debilidades y fortalezas, es esencial para el desarrollo personal.
5. **Cumplimiento de Mitzvot (Mandamientos):** En la tradición judía, cumplir con los mandamientos religiosos es una forma de alinearse con la voluntad divina y alcanzar el máximo potencial.
6. **Trabajo en Equipo:** Reconocer la interconexión de todos los seres y trabajar en armonía con los demás para objetivos comunes.



7. **Cuidado del Cuerpo:** Mantener la salud física es considerado importante para sostener la conexión entre el cuerpo y el espíritu.
8. **Desarrollo de la Paciencia y la Humildad:** Practicar la paciencia y la humildad contribuye a la mejora personal y al equilibrio interior.

La Kabbalah es una sabiduría práctica nos muestra cuáles son las leyes que gobiernan al universo. Lo hace de manera sencilla como si fuera un manual de instrucciones para la vida. En la vida no nacemos con un manual de instrucciones y aprendemos en base de prueba y error, pero con la kabbalah aprendemos a como jugar este juego de la vida, donde la kabbalah es ese manual, aprendemos de la misma manera que aprendemos a manejar una computadora. Nos ayuda a entender el mundo y a nosotros mismos, y nos da herramientas para ser mejores personas. No importa la religión que tengamos, ya que las enseñanzas del libro fundamental de la Kabbalah, el Zóhar, son universales y pueden coexistir con nuestras creencias. La Kabbalah también está relacionada con la ciencia moderna, por lo que es muy interesante, aprendemos sobre la relación de causa y efecto y nos ayuda a enfocarnos en la causa de nuestros problemas en lugar de tratar de solucionar solo el efecto. Además, aprendemos sobre la fuerza creadora, llamada luz infinita, y cómo podemos correr la cortina que separa al mundo material de la luz infinita para obtener bendiciones. La Kabbalah es una filosofía espiritual que cualquiera puede estudiar y no termina nunca, siempre hay más para aprender (Mujica, 2014).

Geometría Sagrada

La geometría sagrada es un término que se refiere a la creencia de que ciertas formas geométricas tienen un significado espiritual o sagrado intrínseco. Estas formas geométricas se consideran fundamentales en la estructura del universo y se cree que están presentes en todo, desde la naturaleza hasta la arquitectura y el arte.

La geometría sagrada se basa en principios matemáticos y geométricos, y algunas de las formas más comunes asociadas con ella incluyen el círculo, el cuadrado, el triángulo, la espiral, la flor de la vida, el hexágono, entre otras. Estas formas se consideran símbolos de perfección, armonía y equilibrio.

Se dice que la geometría sagrada tiene sus raíces en antiguas tradiciones espirituales y filosóficas de diferentes culturas alrededor del mundo, incluidas la egipcia, la griega, la china y la india. Se ha utilizado en la arquitectura de templos y edificios sagrados, así como en la creación de arte religioso y símbolos espirituales.

Algunos creyentes en la geometría sagrada afirman que trabajar con estas formas geométricas puede tener efectos beneficiosos en la mente, el cuerpo y el espíritu, promoviendo la sanación, la meditación y el crecimiento espiritual. Sin embargo, es



importante tener en cuenta que la geometría sagrada no es un concepto respaldado por la ciencia convencional y está más arraigado en creencias espirituales y filosóficas.

La conexión entre la Cábala teosófica y la geometría sagrada a menudo se encuentra en la búsqueda de comprensión de la naturaleza divina y la creencia en la existencia de patrones subyacentes que rigen el universo. Ambas áreas de estudio pueden influenciarse mutuamente en sistemas de creencias y prácticas espirituales que buscan la conexión con lo divino y la comprensión más profunda de la realidad.

El "Sefer ha-Bahir" (Libro de la Iluminación o de la Claridad), basado en Job 37:21, es el primer documento que poseemos de la Cábala teosófica. Se cree que fue compilado en Provenza entre 1150 y 1200 a partir de fuentes orientales, en forma de sentencias o exposiciones sobre versículos de las Escrituras atribuidos a antiguos rabinos de la Mishná y el Talmud. En la literatura medieval, a menudo se lo conoce como el "Midrash de R. Nehunia ben ha-Qana", quien ya era una autoridad en la literatura de la Merkaba (cairn, 2013).

Uno de los símbolos más destacados en la geometría sagrada de la antigüedad es el Merkaba, que consta de dos tetraedros opuestos que se cruzan y giran en direcciones opuestas, se cree forma un campo de energía tridimensional. En la actualidad se usa este símbolo en camisetas y joyas debido a su significado especial (Mowna, s.f.) ¿Cuál es su origen?

¿Por qué surgió la geometría sagrada?

Los seres humanos al buscar respuestas encontraron que había trazos que se podían formar en el estudio de la naturaleza en comportamiento de los astros, en la forma de las cosas a su alrededor, con esto encontraron una relación entre los números y la formas geométricas, mediante estas observaciones surgieron a las matemáticas.

La Geometría Sagrada (Ssuria, s.f.) es una disciplina que explora patrones, diseños y estructuras presentes en la naturaleza, desde las partículas más pequeñas hasta el vasto cosmos. Esta práctica se basa en la idea de que las formas geométricas perfectas son las plantillas fundamentales de la vida en el universo. Las formas elementales como el círculo, el cuadrado, el rectángulo y el triángulo se consideran sagradas y han sido utilizadas en la arquitectura y la construcción desde hace miles de años. Estos elementos geométricos se relacionan con conceptos como el círculo como símbolo de totalidad y el cuadrado como representación de lo terrenal.

Un ejemplo notorio de Geometría Sagrada es el rectángulo solsticial, que se obtiene trazando líneas desde las salidas y puestas de sol durante los solsticios. Este patrón se encuentra en diferentes civilizaciones y se utiliza para equilibrar las energías de la Tierra y el cosmos.

La proporción áurea, representada por la letra griega φ (phi), es considerada divina y se encuentra en trazados geométricos y la naturaleza, como el caparazón de un caracol. Esta proporción se manifiesta en muchas culturas en todo el mundo.

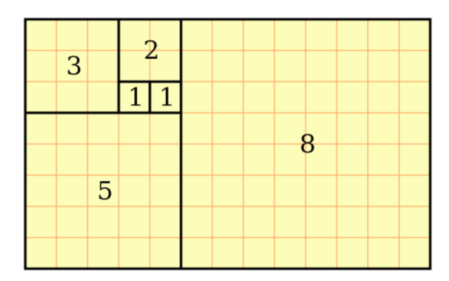


Imagen: (Borb, 2006)

Los mandalas, círculos contenidos en un cuadrado con patrones geométricos, son símbolos espirituales utilizados en el budismo y el hinduismo, con significados más allá de su apariencia artística. Representan aspectos del universo y se utilizan en meditación y oración (Ssuria, s.f.). "*La psicología de la gestalt (forma) plantea la existencia de todos irreductibles como un aspecto clave de la percepción. Se perciben patrones perceptuales integrados, conjuntos organizados dotados de significado. Para Carl G. Jung, un mandala es un arquetipo que representa los contenidos de conciencia de una persona, la manera como codifica la luz del conocimiento*" (Wikipedia, 2023)

La Flor de la Vida, un antiguo símbolo compuesto por 19 círculos superpuestos, se cree que representa el orden divino y matemático de la vida. Ha sido un motivo de interés histórico y se ha encontrado en lugares sagrados de todo el mundo, incluyendo el trabajo de Leonardo da Vinci (Ssuria, s.f.).

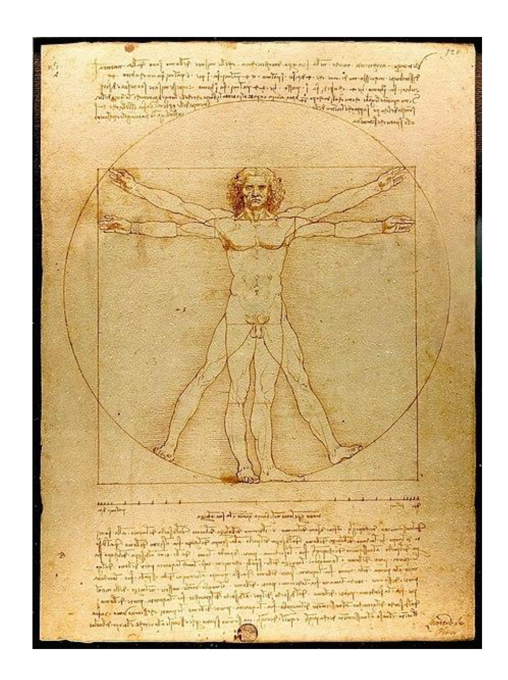




Imagen: (da Vinci, 1492)

La geometría (Wikipedia, 2023) desempeña un papel fundamental en el diseño y la vida en general, abordando cuatro componentes esenciales: lo conceptual, lo visual, lo relacional y lo práctico. Los elementos conceptuales, que incluyen el punto, la línea, el plano y el volumen, son fundamentales en el diseño y se vuelven visibles cuando adquieren forma.

La forma, a menudo confundida con la figura, se refiere a la apariencia visual total de un diseño y se caracteriza por su figura, tamaño, color y textura. La geometría descriptiva resuelve problemas espaciales en superficies bidimensionales y emplea proyecciones para representar elementos geométricos.

El número pi, representado por la letra griega π, es una constante matemática especial que se usa para relacionar la longitud de una circunferencia con su diámetro. Si tomas cualquier círculo y mides su circunferencia y su diámetro, la relación entre estos dos valores siempre será pi, aproximadamente 3.14159.

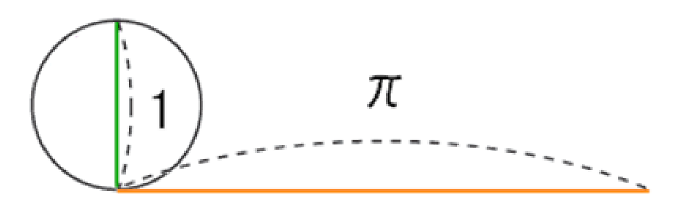


Imagen: (１３２人目, 2005)

El concepto de geometría sagrada se basa en formas geométricas especiales como el círculo y la esfera. En un mundo tridimensional, la línea y el plano son fundamentales, pero la geometría sagrada se centra en la esfera y el círculo. Según el matemático y escultor Ibo Bonilla, la esfera es como un poliedro con infinitas caras, y cada cara es como un punto. Esto representa la máxima perfección como unidad y, al mismo tiempo, como nada, y es una matriz creativa donde la evolución comienza y progresa. En resumen, la esfera es un símbolo poderoso en la geometría sagrada y se relaciona con conceptos de unidad y creación. Los sólidos platónicos, que incluyen la esfera, representan las formas esenciales de la vida. Platón describió cinco sólidos tridimensionales con caras, aristas y ángulos iguales: el tetraedro, el cubo, el octaedro, el icosaedro y el dodecaedro (Wikipedia, 2023).

La geometría se utiliza en fisiología, con el hombre vitruviano de Leonardo da Vinci como ejemplo, y se relaciona con conceptos como el número pi y la proporción áurea. En psicología, la percepción de patrones, como los mandalas, es clave. La astrología se basa en la división del zodíaco en doce partes, relacionando la vida con las constelaciones, los planetas y las jerarquías creadoras (Wikipedia, 2023).



El Cubo de Metatrón (Wang, 2023) contiene cinco sólidos platónicos, que son formas tridimensionales fundamentales en la geometría sagrada y representan los elementos básicos del universo. Estos sólidos son:

1. Estrella Tetraédrica (Fuego): Representa el equilibrio entre fuerzas opuestas y la armonía entre la energía masculina y femenina.
2. Octaedro (Aire): Simboliza el equilibrio y la armonía, con triángulos equiláteros que representan la interacción igual y armoniosa entre fuerzas opuestas.
3. Hexaedro o Cubo (Tierra): Representa la estabilidad y el fundamento, con lados iguales que simbolizan la solidez y la conexión a tierra.
4. Icosaedro (Agua): Simboliza el flujo y la adaptabilidad, con caras triangulares que representan la fluidez y el movimiento del agua.
5. Dodecaedro (Los Cielos): Representa la unidad e interconexión de todas las cosas en el universo, conectado con las 12 constelaciones del zodiaco.

Este símbolo está formado por trece círculos conectados por líneas rectas y se asocia con el arcángel Metatrón, que simboliza la sabiduría, el conocimiento divino y la comunicación espiritual. También incluye el Fruto de la Vida, otro símbolo de geometría sagrada que simboliza la unidad y la totalidad. La combinación de estos elementos muestra cómo todo en el universo está conectado y funciona en conjunto de manera armoniosa.

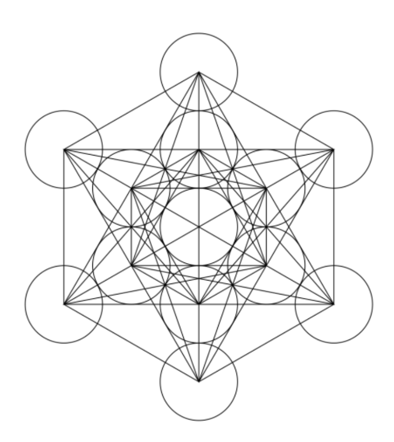


Imagen: (Barfly, 2006)

La geometría desempeña un papel en la matemática, desde la secuencia de Fibonacci hasta la geometría fractal, que se utiliza para comprender patrones y complejidad en la vida. En resumen, la geometría es fundamental para comprender y representar la vida y el diseño en todas sus manifestaciones (Wikipedia, 2023).

Regresando a la Merkaba proviene de tres palabras del antiguo Egipto: "Mer," que representa un tipo de luz rotativa, "Ka," que se refiere al espíritu individual, y "Ba," que se refiere al cuerpo o realidad física. En conjunto, estas palabras simbolizan la unión del espíritu y el cuerpo rodeados de luz. Se cree es un vehículo divino hecho de luz que conecta el espíritu y el cuerpo con reinos superiores. El símbolo se compone de dos

tetraedros que rodean a cada persona, y se cree que esta energía se extiende más allá del cuerpo. Algunos incluso creen que los planetas tienen un campo alrededor de ellos. Es la unión del espíritu y el cuerpo a través de la luz y la energía, y se utiliza con el propósito de protección y conexión con dimensiones superiores (Mowna, s.f.) (ObjetMagique, s.f.).

En la kabbalah la Merkava (Cábala קַבָּלָה , 2014)(Carro de fuego ,מרכבה) es el vehículo que recorre el camino de la luz divina a través de nuestro árbol de la vida en cada ser humano. El Carro, nos conduce desde las siete sefirot inferiores del Arbol de la Vida, hasta las tres superiores las que integran el Gran Rostro o Tríada Divina. Para acceder al Rostro Divino hay que recorrer las 7 sefirot inferiores, y atravesar la barrera del Abismo (Da'at).

El conductor del Carro es la misma persona en sus acciones persigue un objetivo, y todos los objetivos residen en el futuro, lo que requiere la intervención del tiempo. Y el tiempo aparece en Binah, sefirá a la que se dirige este sendero, partiendo de Gevurá la restricción, pone obstáculos entre menos se equilibre Gevurá el carro avanzara despacio y el tiempo para llenar la vasija (alma) de luz infinita (luz divina (Or Ein Sof)) se hará más lento. El tiempo pone límites a la acción a realizar, pues la vida humana es limitada, pero sobre todo configura nuestra personalidad, formada a través del relato de nuestra vida. ¿Quién seríamos si perdiéramos súbitamente la memoria en un lugar en el que nadie nos conoce?

"El tiempo es oro" es un dicho que puede asociarse a este sendero. A menudo se interpreta desde la avaricia, como si todo el tiempo empleado para hacer dinero fuera poco. Pero también podemos ver el tiempo como algo muy valioso por lo limitado, personal e intransferible. ¿Qué hacemos con el tiempo de nuestra vida? El niño vive en la eternidad del presente, pero el adulto conoce los límites del tiempo. Este arcano nos recuerda que somos responsables del modo en que empleamos nuestro tiempo (Cábala קַבָּלָה , 2014).

Sabán Cuño (2018, pág. 62) explica que la Merkabá tiene conocimiento del futuro debido a su capacidad para viajar en el tiempo. Esto implica que comprende el resultado de eventos y situaciones que aún no conocemos. Como **humanidad,** la idea es que en el futuro se revelarán secretos que, al entenderlos, nos ayudarán a ver la coherencia y conexión en temas que actualmente nos parecen incoherentes o sin relación. El tiempo se introduce como un factor limitante en la vida humana y se relaciona con la importancia de la honestidad y el uso adecuado del tiempo en nuestras vidas. Para superar la limitación del espacio y el tiempo, se sugiere que primero debemos elevar nuestra conciencia. Esto se relaciona con el conocimiento (Da'at) y cómo nos ayuda a avanzar hacia niveles más altos de comprensión.

Menciona que el bien y el mal son relativos y dependen de nuestra comprensión y evolución espiritual. Cuanto más elevamos nuestra conciencia, mejor comprendemos lo que es verdaderamente bueno.



Se insta a diferenciar entre los valores y principios que son temporales y ligados al espacio-tiempo y aquellos que son fundamentales para una existencia eterna. La búsqueda del conocimiento (Daat) es clave para esta elevación espiritual.

“Es por ese motivo, que los avances científicos destruirán los velos y que este proceso se podrá acelerar si unimos en un todo integrado a las diferentes disciplinas científicas. La única forma de superar la secuencia del espacio/tiempo, es conocer cuál es el sentido por el cual la debemos superar. Si no existe elevación del nivel de conciencia del ser humano no tiene sentido superar el espacio/tiempo.” (Sabán Cuño, 2018, pág. 62)

Se habla de la ascensión a través de niveles de conciencia, desde Gevurá hasta Keter, y cómo estos niveles nos permiten comprender cada vez mejor lo que es el "bien" en un sentido más profundo.

La falta de honestidad radical en la actualidad se debe al dominio de la mente sobre el alma. Sin embargo, esta honestidad radical puede liberarnos de los patrones de pensamiento repetitivos y permitirnos alcanzar un nivel más elevado de comprensión espiritual. Solo a través de la sabiduría podemos lograr un grado de aceptación en el que ya no emitimos juicios precipitados. En última instancia, el ser humano debe superar las tácticas de manipulación mental para liberar su verdadero ser y evitar retrasar su propio sufrimiento.

La idea de que la elevación de la conciencia es fundamental para comprender y superar la limitación del espacio y el tiempo, y que esto nos lleva a una comprensión más profunda de lo que es verdaderamente "bueno" en una realidad más allá de la temporalidad (Sabán Cuño, 2018).

Sabán Cuño (2018, pág. 58) menciona que desde una perspectiva espiritual, la inteligencia superior desde el Trono de D-os, ubicada en la Merkabá, ayuda a comprender el misterio de la creación universal y cómo el "Ein Sof" (Dios infinito) creó todo. Afirma que las pruebas de la existencia de D-os se encuentran en la Torá, pero el verdadero problema no es si D-os existe o no, sino más bien ¿Quién es Dios?

El D-os de la Merkabá se oculta detrás de la ausencia de representaciones visuales para que los seres humanos puedan elevarse espiritualmente a través de la abstracción.

En la actualidad se destaca la importancia de diseñar un sentido de existencia eterna antes de alcanzar la eternidad, para que la inmortalidad no sea nuestra muerte y la desaparición física no sea en realidad nuestra vida.

La desviación de la Merkabá real hacia una Merkabá interior dentro del Árbol de la Vida, resulta en un enfoque más psicológico en lugar de uno cosmogónico (Sabán Cuño, 2018).

Por eso es importante enfocarnos en nuestros objetivos en cualquier meta, si queremos por ejemplo crecer espiritualmente y mentalmente, es como cuando debemos de visualizar bien los sueños que queremos cumplir y planificar, para accionar, aunque a veces nos parecen imposibles o inalcanzables nos incómoda debido a los sueños extraños que podemos tener, que nos son extraños porque parecen imposibles en la realidad. Todos los sueños son extraños desde la perspectiva de cada quien, pero todo lo que parece extraño podría ser algo familiar visto desde una perspectiva diferente. Nuestra energía, nuestra mente y conocimiento, lo espiritual se refleja en lo terrenal.

En nuestro espacio temporal todo se queda, la materia, el mundo cambia un poco todos los días y todas las noches, en pequeñas formas. Pero nosotros, no importa si avanzamos despacio, rápido o nos tropezamos o fallamos en el intento, el continuar refleja la comprensión de que el cambio y lo desconocido son parte de la vida, y que lo que parece extraño a veces puede ser algo que simplemente vemos desde un nuevo ángulo. Las cosas permanecen, también evolucionan constantemente, como nosotros.

En mucha culturas una herramienta además de la acción, porque si no las cosas no suceden, al igual que nuestras metas hay que trabajar en ello, dicha herramienta es la plegaria, como cualquier otra cosa, es un don divino que refleja nuestros deseos más profundos, especialmente el deseo de conectarnos con D-os. La oración nos ayuda a implementar lo que realmente deseamos y a conectar nuestra alma.

Rabí Najman, un sabio religioso de la antigüedad, le dijo a uno de sus alumnos que si realmente deseamos hacer algo, lo haremos; pero si no lo deseamos de verdad, no lo haremos. Querer llevar una vida plena y feliz es un primer paso importante, pero no es suficiente. Para convertir ese deseo de plenitud y felicidad en una práctica diaria tenemos que actuar.

Volviendo a la búsqueda de equilibrio y la lucha entre la severidad y la misericordia en la Cábala. En la Cábala, Gevura representa la "Columna de la Severidad" y está asociada con la disciplina, la restricción y la severidad. Es una fuerza que a menudo se asocia con el juicio y la justicia divina. Cuando Gevura está desequilibrada o domina, puede llevar a una estricta aplicación de la justicia y la severidad en lugar de la compasión.

La Merkaba, o "Carroza del Trono", se refiere a un aspecto de la meditación. Se utiliza como una herramienta para conectar con lo divino y para explorar los misterios celestiales. Puede considerarse una manifestación de la búsqueda espiritual y la unión con lo divino.

Esto plantea preguntas existenciales y reflexión sobre el significado de la vida, la recompensa, y la relación con lo divino. La pregunta sobre el futuro, la recompensa, la existencia de riquezas, y si se nos informa sobre nuestro destino. Estas preguntas se relacionan con la incertidumbre y la búsqueda de significado en la vida.

La idea de los Pilares de la Fe puede ser vista en el contexto de la lucha entre Gevura y Jésed en la Cábala. En un sentido simbólico, estos pilares representan la fe y la creencia en lo divino, que a menudo se ponen a prueba por las adversidades de la vida. La referencia a la lucha y la contradicción puede relacionarse con el equilibrio entre la severidad y la misericordia en la vida de una persona.

Esto genera más preguntas existenciales y desafiantes sobre la fe y el significado de la vida, y estas cuestiones se pueden relacionar con los conceptos cabalísticos de equilibrio entre Gevura y Jésed en la vida espiritual y cotidiana. La búsqueda de equilibrio entre estas fuerzas es parte de la tradición cabalística y puede influir en la forma en que las personas enfrentan las pruebas de la vida y mantienen su fe.

Regresando al tema de la Merkaba Egipcia comparado con el símbolo de la Estrella de David tienen una conexión a través de la geometría y su significado, pero son formas geométricas diferentes. Aquí te explico sus similitudes y diferencias:

Merkaba:

1. Es una figura tridimensional compuesta por dos tetraedros que se entrelazan.
2. Cada tetraedro es una pirámide de cuatro caras equiláteras.
3. En conjunto, es una forma compleja con ocho caras triangulares.
4. La forma es utilizada en la geometría sagrada y se relaciona con conceptos espirituales y de energía.

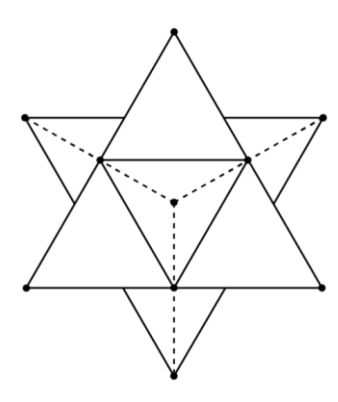


Imagen: (Mowna, 2020)

Estrella de David:

1. Es un símbolo de seis puntas formado por la superposición de dos triángulos equiláteros.
2. Cada triángulo tiene tres lados de igual longitud y tres ángulos de 60 grados.
3. Se representa en un plano bidimensional y tiene seis vértices y seis lados.
4. Es un símbolo importante en el judaísmo y se encuentra en la bandera de Israel.





Si observamos la Merkaba que es una forma tridimensional desde cierto Angulo reflejada en un plano bidimensional es similar a la forma de la estrella de David formando una figura con seis puntas.

"La estrella de David se ha utilizado como símbolo del judaísmo desde la época medieval. Primero se asoció a la cábala y después se convirtió en un motivo popular en el arte y la arquitectura. En el siglo XIX se convirtió en un símbolo del sionismo y fue adoptada como bandera de Israel en 1948…La estrella de David no se menciona en la Biblia, pero sí aparece en las antiguas monedas acuñadas por el pueblo judío. El símbolo puede tener su origen en amuletos… tiene un profundo significado para muchos judíos y es un poderoso símbolo de su fe. Para algunos, representa a los seis millones de judíos que perecieron en el Holocausto. Para otros, es un recordatorio de la importancia de la unidad y la solidaridad….. En la Europa medieval, el hexagrama se utilizaba a menudo como símbolo mágico para alejar a los espíritus malignos. Como hemos nombrado anteriormente, en la actualidad, la estrella de David se asocia principalmente con el judaísmo y aparece en la bandera de Israel. Sin embargo, su uso no se limita al judaísmo." (HIJOS DE OROBRIZ, 2023)

Las sefirot Jésed, Guevuráh, Tiferet, Netzaj, Hod y Yesod forman una figura con la forma de la estrella de David. Estas sefirot representan dimensiones del mundo psíquico y emocional. Forman el nivel del alma Ruaj corresponde a Yetziráh y representa la dimensión emocional. Configura el Zeir Ampin o Rostro Menor (Cábala קבלה , 2020). En el ser humano corresponde al alma que es la vasija del espíritu es decir la vasija donde recibe la luz Or Ein Sof.

Cada sefirah tiene su propia importancia y simbolismo, y juntas, forman un mapa espiritual que ayuda a comprender la creación y la relación entre lo divino y lo humano.

La mención de que las sefirot Jésed, Guevuráh, Tiferet, Netzaj, Hod y Yesod forman una figura con la forma de la Estrella de David es de gran relevancia en la Cábala. Esto no solo establece una conexión simbólica entre un símbolo espiritual judío (la Estrella de David) y las sefirot, sino que también implica una profunda comprensión de la cosmología cabalística.



En este contexto, estas sefirot en particular son consideradas representativas de las “dimensiones psíquica y emocional” de las personas que son aspectos relacionados con la mente y las emociones que constituyen una parte fundamental de la experiencia humana. Estas dimensiones son cruciales para comprender la psicología, la conciencia y la forma en que las personas interactúan con el mundo y entre sí. Aquí se explica en qué consisten estas dimensiones:

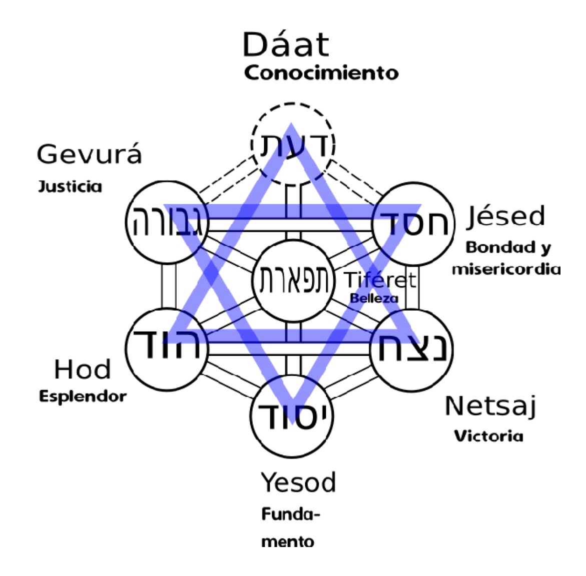
1. **Dimensión Psíquica:** La dimensión psíquica se refiere a la mente o la psique humana. Incluye procesos mentales, como el pensamiento, la percepción, la memoria, la cognición y la conciencia. Esta dimensión abarca la mente consciente e inconsciente y es fundamental para la toma de decisiones, el razonamiento y la comprensión del mundo que nos rodea. La psicología y la psicoterapia se centran en comprender y abordar los aspectos de la dimensión psíquica.
2. **Dimensión Emocional:** La dimensión emocional se refiere a los aspectos relacionados con las emociones humanas. Esto incluye la gama de sentimientos y estados emocionales que las personas experimentan, como la felicidad, la tristeza, el enojo, el miedo, la empatía, el amor y muchos otros. Las emociones desempeñan un papel fundamental en la toma de decisiones, las relaciones interpersonales y la percepción de la calidad de vida. La psicología de las emociones y la inteligencia emocional se centran en comprender y gestionar estas dimensiones.

Juntas, forman lo que se conoce como el nivel del alma llamado "Ruaj," que corresponde a la dimensión emocional del ser humano. El Ruaj está asociado con el mundo de Yetziráh, uno de los cuatro mundos cabalísticos, y es esencial para comprender cómo las emociones y la psicología humana están relacionadas con lo divino.

Además, este conjunto de sefirot forma el "Zeir Ampin" o el "Rostro Menor." Esta es una entidad espiritual dentro de la Cábala que juega un papel fundamental como intermediario entre lo divino y lo humano. Se le considera una vasija que recibe la luz divina, representada como el "Or Ein Sof," que es la luz infinita de D-os. En otras palabras, el Zeir Ampin actúa como un canal a través del cual la luz divina se comunica y se manifiesta en el mundo humano.

La importancia de las sefirot Jésed, Guevuráh, Tiferet, Netzaj, Hod y Yesod en forma de la Estrella de David en la Cábala radica en su papel en la comprensión de la relación entre el mundo emocional humano y lo divino. Estas sefirot configuran un nivel del alma que desempeña un papel clave en la espiritualidad y la cosmología cabalísticas, ayudando a los practicantes a explorar las dimensiones emocionales de su existencia y su conexión con lo trascendental. Para que la luz fluya hacia la vasija (alma) se debe lograr la comprensión del Da’at.





El Da'at es el punto donde el conocimiento y la comprensión se fusionan en una experiencia espiritual profunda y trascendental. En el contexto de las sefirot Jésed, Guevuráh, Tiferet, Netzaj, Hod y Yesod, el Da'at juega un papel fundamental cierra el circuito para actuar como un puente que permite que la luz divina fluya hacia la "vasija" del alma del ser humano.

Esto implica una búsqueda profunda de conocimiento y entendimiento espiritual, que permite una conexión más íntima y significativa con lo trascendental. Es a través del Da'at que el ser humano puede acceder a un mayor nivel de comprensión espiritual y experimentar la unión con lo divino, permitiendo que la luz divina fluya hacia el alma.

Aquí tienes un esquema con la relación entre los conceptos kabalísticos Daat, Jésed, Gevurá, Netzach, Hod, Yesod y Tiferet:

1. **Daat (Conocimiento):** Es el puente que conecta los conceptos, a menudo se interpreta como el conocimiento en sí mismo.
2. **Jésed (Misericordia):** Representa la bondad y la compasión. Está conectado con la amplitud, la generosidad y la benevolencia divina.
3. **Gevurá (Severidad):** Se relaciona con la fuerza y la severidad, implicando límites y autocontrol. Es opuesto a Jésed.
4. **Netzach (Eternidad):** Se refiere a la victoria, la persistencia y la resistencia. Es una fuerza de perseverancia en el tiempo.
5. **Hod (Gloria):** Representa la humildad, la sinceridad, la reverencia y la aceptación de la verdad.
6. **Yesod (Fundamento):** Es la base, el fundamento, representa la estabilidad y la confianza.
7. **Tiferet (Belleza):** Es la armonía y el equilibrio, la integración entre Jésed y Gevurá, lo masculino y lo femenino, lo divino y lo terrenal.

Un pseudoalgoritmo para su relación podría ser como el que presento a continuación:

Para cada aspecto espiritual:

1. **Conectar con Daat:** Establecer un entendimiento profundo del concepto en cuestión.
2. **Equilibrar con Tiferet:** Armonizar los extremos opuestos, encontrar el equilibrio entre Jésed y Gevurá.
3. **Reforzar con Netzach y Hod:** Persistir en la aplicación de ese aspecto y hacerlo con humildad y persistencia.
4. **Anclar en Yesod:** Establecerlo como fundamento y base para un crecimiento espiritual y personal sólido.

Pseudoalgoritmo para la Luz Divina, Equilibrio y Desequilibrio:

1. **Entrada:**
   - Datos iniciales: Luz Divina, manifestaciones de Jésed (Misericordia) y Gevurá (Severidad), representadas en la vida cotidiana.
2. **Proceso:**
   - *Inicialización:*
     - Establecer un flujo constante de la Luz Divina como punto de partida.
   - *Evaluación de Jésed y Gevurá:*
     - Identificar las manifestaciones de Jésed y Gevurá en las experiencias cotidianas.
     - Calcular el equilibrio y desequilibrio entre estas energías opuestas.
   - *Relación con Daat (Conocimiento) y Hod (Gloria):*
     - Acceder al conocimiento espiritual (Daat) para comprender las fuentes y motivaciones de las manifestaciones de Jésed y Gevurá.
     - Explorar los secretos ocultos (Hod) detrás de la luz divina y su equilibrio/desequilibrio en la vida.

   - *Aplicación de Tiferet (Belleza) y Yesod (Fundamento):*
     - Integrar la armonía de Tiferet para equilibrar Jésed y Gevurá.
     - Establecer una base sólida (Yesod) para mantener el equilibrio de estas fuerzas en la vida diaria.
   - Influencia de Netzach y Hod:

     - Considerar la influencia de Netzach (victoria, eternidad) en la voluntad y el deseo de persistir.
     - Evaluar la influencia de Hod (gloria, humildad) en la honestidad y el reconocimiento de la verdad.

   - Rol de Yesod en el Fundamento:

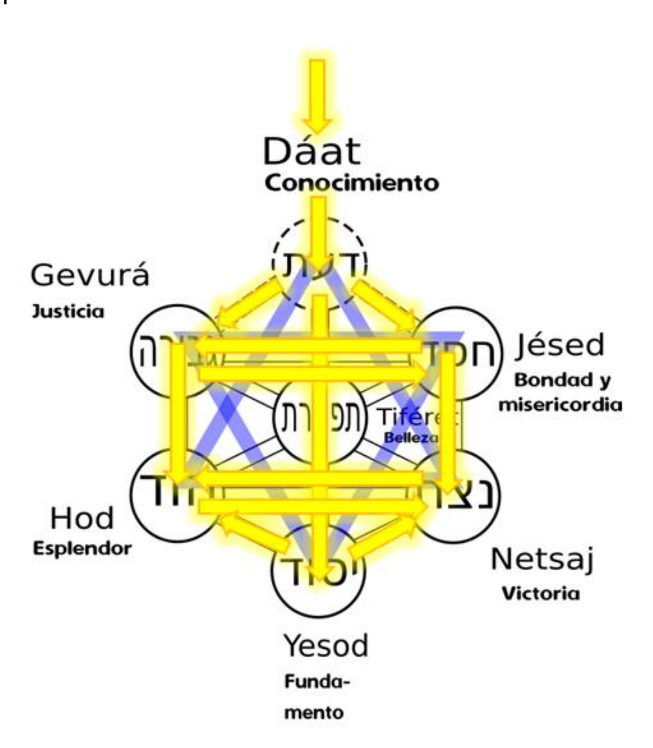


- Analizar cómo Yesod (fundamento) proporciona una base sólida para la vida espiritual y la relación entre Jésed y Gevurá.

- Armonía de Tiferet:
    - Buscar la belleza y la armonía representadas por Tiferet en la integración de Jésed y Gevurá.
    - Evaluar cómo Tiferet influye en la creación de un equilibrio sostenible.

3. **Salida:**
    - Resultados esperados:
        - Equilibrio en la aplicación de la Luz Divina, reflejada en una vida armoniosa.
        - Mayor conciencia espiritual y entendimiento de la interacción entre Jésed y Gevurá.
        - Conexión con una fuerza divina equilibrada y estable.

Este pseudoalgoritmo es una representación simbólica y conceptual para comprender la interacción entre la luz divina y los aspectos espirituales de Jésed, Gevurá y otros conceptos kabalísticos, y cómo se podría buscar equilibrio a través de la integración y el conocimiento profundo. No es un algoritmo técnico, sino más bien una guía simbólica para el desarrollo espiritual.



Ser estricto nubla el juicio



Gevurá siendo parte de la dimensión emocional, representa la forma en que D-os castiga a los malvados y juzga a la humanidad en general. Es la base de la severidad, el respeto absoluto por la letra de la ley y la aplicación estricta de la justicia. Se contrasta con Jésed, que representa la bondad. Ambos son fundamentales en la comprensión de la naturaleza divina en la Cábala, se reflejan, influyen, interactúan una con la otra y se equilibran mutuamente.

Cuando Jésed esta vacia se separa de Gevurá, pero si Gevurá está llena, se desequilibra, debido que esta dos sephiroth influyen en la existencia humana y en el mundo de manera significativa. Cuando están en equilibrio, trabajan en armonía con las otras sephiroth. Jésed se encuentra en el lado derecho del Árbol de la Vida y representa la "Columna de la Misericordia", mientras que Gevurá está en el lado izquierdo y corresponde a la "Columna de la Severidad" (Karlsson & Moon, 2017).

Gevurá se considera comúnmente como la raíz del mal en la Cábala en su forma desequilibrada. La idea es que el mal implica la separación o división, y esta es la característica principal de Gevurá. Cuando Jessed y Gevurá están equilibradas, Gevurá actúa como una fuerza que garantiza el orden y la justicia. Sin embargo, si Gevurá se desequilibra o actúa de manera independiente, puede convertirse en una fuerza destructiva y dar lugar al mal.

Si Gevurá se convierte en una fuerza dominante que afecta a Maljut (la sephira inferior) y al mundo humano. Gevurá, que inicialmente es una cualidad divina, se convierte en una fuerza maligna debido a los actos de desobediencia de la humanidad (Karlsson & Moon, 2017).

La Cábala presenta a (Hasatan, el ego) Samael el oponente como un aspecto original de los seres humanos que, cuando surge la separación de Gevurá se hace más fuerte, se convierte en una entidad independiente, a menudo maligna ya que fortalece al oponente. Sin embargo, algunos cabalistas consideran que Hasatan es una fuerza independiente original presente en la unidad primordial de D-os.

Cuando Jésed está vacía o separada de Gevurá, es decir, cuando la misericordia y la compasión no están en equilibrio con la severidad y la restricción, pueden surgir conflictos y discordia. Este desequilibrio puede llevar a la injusticia, la opresión y la tiranía, ya que la compasión y la moderación se ven eclipsadas por la dureza y la falta de límites.

En el contexto de la Cábala, cuando Gevurá se desequilibra y se convierte en una fuerza dominante y destructiva, puede llevar a la separación y a la creación de divisiones. La raíz del mal se asocia comúnmente con Gevurá desequilibrada, ya que implica la separación y la ruptura de la unidad original. Envenena el cuerpo (la mente), alma y espíritu.



Este desequilibrio puede reflejarse en la sociedad humana y en las relaciones entre países. Cuando la compasión y la misericordia son reemplazadas por la severidad y la restricción, las tensiones pueden surgir a nivel nacional e internacional. Las guerras y los conflictos pueden ser vistos como manifestaciones de este desequilibrio en las fuerzas que mueven el mundo y la realidad.

La Cábala se manifiesta incluyendo conflictos entre países, ya que representa una falta de armonía y equilibrio en las fuerzas que influyen en la existencia humana y en el mundo.

Ejemplos los conflictos entre Israel y Palestina, Ucrania y Rusia. Por ejemplo, estos conflictos son como una manifestación de la falta de equilibrio entre la compasión y la severidad, donde ambas partes pueden percibirse mutuamente como desequilibradas, en términos de sus demandas y acciones de uno contra el otro en el conflicto.

En la Cábala refleja la falta de armonía y equilibrio en las relaciones internacionales, lo cual puede aplicarse a conflictos en diversas regiones del mundo, incluyendo el conflicto en Oriente Medio.

Sin embargo, es importante recordar que la interpretación de la Cábala en relación con los eventos políticos y conflictos no es una explicación causal, sino más bien una forma de reflexionar simbólicamente sobre los desafíos y conflictos en el mundo. Los conflictos en Israel y Palestina son resultado de una larga historia de tensiones, disputas territoriales, nacionalismo y otros factores más concretos. Pero en una guerra solo hay severidad, esto enferma la mente de las personas y se expande condenandose unos a otros.

Cuando Jésed y Geburah están desequilibrados, pueden surgir conflictos y discordia, ocasiona un conflicto interno y emocional, trae emociones intensas eufóricas irracionales violentas o una sensación de estar atrapado dentro de un "infierno viviente", en función de sus propias experiencias y perspectivas. Esta lucha interna y emocional también puede ser vista como un desequilibrio o conflicto entre diferentes fuerzas y emociones dentro y fuera del individuo.

Se aborda la idea de que el equilibrio es fundamental para la armonía y la paz, ya sea en el contexto de las fuerzas espirituales en la Cábala o en el contexto de las emociones y luchas internas o externas. La falta de equilibrio puede llevar a tensiones, conflictos y luchas, ya sean de naturaleza física, psicológica, espiritual o emocional. Esta sensación de oscuridad lleva al individuo a somatizar sin que el mismo se dé cuenta sin distinguir el bien o l mal.

Las emociones parecen oscilar entre la lucha interna y la búsqueda de liberación, lo que podría interpretarse como un reflejo simbólico de un desequilibrio emocional. Reflejando sus propias frustraciones en otros.

La expresión y las emociones son complejas y personales, y cada persona puede interpretarlas de manera única en función de sus propias experiencias y perspectivas.

Para poder llegar un estado de equilibrio independientemente de nuestra situación o entorno, se necesita un grado de concentración y de eliminación del ego.

Meditación con la merkaba un poco de historia

Por ejemplo en el siglo VI de la era común, se encuentran los primeros manuales de meditación judía, específicamente en una obra llamada "Maaseé Merkaba", que se refiere a la "Carroza del Trono". Estos manuales se basaban en las visiones proféticas de Isaias y, en particular, en la descripción de Ezequiel, que detalla la arquitectura de los palacios celestiales (heijalot) que conducen al trono de D-os. Estos manuales de meditación se asemejan a antiguos "mandalas" utilizados en otras tradiciones espirituales.

Se cuenta que Rabi Akiva, un sabio judío, quien junto con tres colegas, ingresó al "pardés", que es el jardín de la interpretación. Cada uno de ellos tuvo una experiencia diferente en su meditación: uno murió en el intento, otro enloqueció, y un tercero abandonó la fe judía. Solo Rabi Akiba pudo ingresar y regresar con éxito. Este episodio se considera un principio fundamental de la Cábala, que enfatiza la idea de no separar la vida cotidiana de la espiritual. Se reconoce que lo divino y lo terrenal están entrelazados y son una sola entidad (Bergman, 2014). Simboliza la conexión de maljut con keter.

¿Qué fue lo que sucedió a Rav Akiva?

En mi opinión la Kabbalah es una cuestión de espiritualidad, conocimiento, fe, de interiorización, de autoconocimiento, experimentación, cada uno piensa diferente, alguien lo puede experimentar de forma diferente a otros, puede que todo esto signifique muchas cosas para alguien y para otros nada, es coherente o incoherente, para algunos esto es útil y para otros una pérdida de tiempo, pero creer o no creer no es tan simple.

En la anécdota anterior de los otros tres colegas que acompañaron a Rav Akiva no tuvieron éxito, y cada uno tuvo una experiencia diferente y desafortunada. Uno de ellos murió, otro enloqueció y un tercero abandonó su fe judía.

Las posibles razones detrás de sus fracasos pueden ser variadas:

- **Falta de preparación espiritual:** Puede que los otros tres no estuvieran suficientemente preparados espiritualmente para afrontar las experiencias que se encontraron. El ingreso al jardín requería una profunda preparación y comprensión de los niveles espirituales y meditación. Lo cual les fue advertido.
- **Incapacidad para manejar lo divino:** La experiencia espiritual puede ser abrumadora en caso de tener éxito. Si no se tiene el adecuado entendimiento o



equilibrio mental y espiritual, podría llevar a la muerte, la locura o la pérdida de fe, un susto de la impresión, coraje, tristeza, alegría desbordada, un infarto.
- **Falta de respeto o precaución:** La Cábala enfatiza la necesidad de respeto y precaución en la exploración de lo divino. Quizás algunos de los colegas no mostraron la debida reverencia o cometieron errores en su práctica mística.

Rabi Akiva, por otro lado, logró el equilibrio entre lo divino y lo terrenal, representando así la idea de no separar la vida cotidiana de la espiritual. Esta historia simboliza la importancia de la preparación, el entendimiento y el equilibrio al tratar con la espiritualidad, y cómo la conexión de lo divino con lo terrenal es fundamental en la comprensión de la existencia.

Posibles fallos para los tres colegas:

Muerte: Su fallecimiento podría deberse a que no estaba preparado espiritualmente para enfrentar la experiencia emocionalmente. Ingresar al jardín requería una profunda comprensión espiritual y mental, así como una preparación adecuada. Su intento pudo haber resultado en un choque espiritual o emocional que no pudo sobrellevar, causan estragos en su salud llevándolo a la muerte fulminante (no dicen de que murió ni que vio).

Locura: Otro colega enloqueció, lo que podría interpretarse como una respuesta a la abrumadora experiencia mística. Su mente psicológicamente pudo haber sido incapaz de procesar y comprender la naturaleza de lo divino, lo cual condujo a una ruptura de su percepción de la realidad o al desequilibrio psicológico.

Abandono de la fe judía: El tercer colega abandonó su fe después de la experiencia mística fallida. Esto sugiere que su fracaso pudo haber socavado intelectualmente su comprensión y su relación con los preceptos de la fe judía. El choque espiritual o la incapacidad para comprender la naturaleza de la experiencia pueden haber llevado a un alejamiento de su fe. Al ver lo que encontró no lo acepto, no le pareció coherente a su criterio.

Meditación con la Merkaba un ejemplo

La meditación de la Merkaba varía según la comunidad o región, en la Kabbalah esta práctica tiene como objetivo conectar con dimensiones superiores, purificar la mente y el espíritu (méditation MerKaBa , 2023), y acceder a la conciencia divina, a continuación un ejemplo de las diversas variantes (DOMΔ, 2022):

La meditación comienza con una profunda relajación y cierre de ojos. Los practicantes visualizan que están dentro de una estrella de David de color dorado, que es un símbolo de la Merkaba. Esta estrella es tan grande como un planeta y se imaginan ubicados en el centro del hexágono central de la estrella de David.
Frente a ellos, deben de lograr visualizar en su mente otra estrella de David dorada que actúa como pantalla. Dentro de esta segunda estrella, se visualizan letras hebreas. Estas

corresponden a los 72 nombres de D-os. Cada letra se visualiza y se ilumina como si fuera una vela encendida. Podemos usar cualquiera de estos nombres de D-os.
Según los practicantes de esta técnica Esta luz que visualizan en su mente ilumina su cerebro, corazón e hígado, creando una sensación de purificación y elevación.
Se mueve esta luz de nuevo hacia el cerebro y luego hacia el corazón, generando un ciclo de corazón-cerebro repetido. Finalmente, se expulsa esta energía por el cráneo, creando una inmensa nube de luz blanca que envuelve completamente al practicante.
Después de esta proyección, los practicantes pueden mantener una conversación libre con la conciencia divina o meditar en silencio.

Meditación y técnicas de relajación

Las técnicas de relajación y la meditación comparten similitudes en cuanto a sus efectos de reducción del estrés y relajación del cuerpo y la mente, pero difieren en sus enfoques y técnicas.

Por ejemplo técnicas de La Relajación Progresiva de Jacobson, desarrollada por el médico y fisiólogo Edmund Jacobson, es una técnica de relajación que se centra en tensar y relajar conscientemente grupos musculares específicos del cuerpo. Consiste en tensar los músculos de una parte del cuerpo durante unos segundos y luego liberar esa tensión, lo que lleva a una sensación de relajación. Este proceso se repite en diferentes partes del cuerpo, trabajando gradualmente hacia la relajación completa.

Por otro lado, la meditación es una práctica mental que implica enfocar la mente en un objeto, pensamiento o actividad, con el propósito de lograr claridad mental, calma y conciencia plena. La meditación puede involucrar técnicas diversas, como la atención plena (mindfulness), la meditación basada en la respiración o la meditación guiada.

Si bien ambas prácticas tienen como objetivo reducir el estrés y promover la relajación, la Relajación Progresiva se enfoca en la relajación física a través del control consciente de la tensión muscular, mientras que la meditación se centra en la relajación mental a través de la concentración, la conciencia plena y la atención.

A pesar de sus diferencias, ambas prácticas pueden complementarse, ya que la relajación física facilitada por la Relajación Progresiva puede preparar el cuerpo para la meditación, permitiendo una mayor concentración mental y un estado de calma para profundizar la experiencia de la meditación. Además, la meditación puede proporcionar beneficios mentales y emocionales adicionales a la relajación física, incluyendo mayor claridad mental, reducción del estrés y mayor conciencia de uno mismo.

La relajación ofrece múltiples beneficios para la salud, incluyendo mejoras en el flujo sanguíneo, la presión arterial y la frecuencia cardíaca, optimización de las ondas cerebrales, regulación de la respiración, y relajación de los músculos, lo que aumenta la sensación de

calma y vitalidad. En resumen, la relajación logra un estado de bienestar general al sincronizar el funcionamiento fisiológico y psicológico del individuo.

Los objetivos principales de la relajación son: reducir o eliminar las tensiones diarias, mejorar el bienestar general, promover el autoconocimiento, aumentar la autoestima, potenciar el rendimiento personal, mejorar la capacidad para manejar situaciones estresantes o conflictos personales, y en consecuencia, mejorar las relaciones interpersonales.

La Relajación Progresiva de Jacobson (Rodríguez Camón, 2017) se basa en la idea de que el estrés produce tensiones musculares que generan ansiedad. Este método consiste en aprender a tensar y relajar 16 grupos musculares en el cuerpo para reducir la tensión y la ansiedad.

El entrenamiento, que dura al menos siete semanas, enseña a tensar y relajar los músculos para que el individuo pueda percibir las sensaciones asociadas con la aparición de la ansiedad y luego aprender a relajarse. En las primeras semanas, se practica tensando y relajando los músculos; luego se aprende a relajarse directamente sin la fase de tensión.

Se sigue un programa de siete semanas, reduciendo el tiempo de relajación en las primeras semanas y aprendiendo a relajarse en diferentes situaciones a lo largo del entrenamiento. Finalmente, se practica la relajación en situaciones estresantes, comenzando por aquellas que generan menos ansiedad.

En cada ejercicio, se tensa un grupo muscular durante unos segundos y luego se relaja, prestando atención a las sensaciones durante cada fase. La práctica puede realizarse en tres posiciones: sentado con apoyo en una butaca, acostado sobre una superficie dura o en una posición más erguida, como la de un cochero.

La Relajación Progresiva de Jacobson enseña al individuo a distinguir entre la tensión y la relajación en los grupos musculares, lo que le permite controlar la tensión en situaciones cotidianas. Con la práctica, el bienestar emocional y psicológico tiende a mejorar gradualmente. Los ejercicios se realizan de manera sistemática, permitiendo que se conviertan en un hábito diario para alcanzar una mayor eficacia con el tiempo.

Los nombres de Dios

En distintas religiones se cuestiona el nombre exacto de D-os en la tradición judía, se evita pronunciar el nombre de D-os en voz alta y en su lugar se usa Adonai o Hashem. El Tetragrama YHVH (Latinizado), que representa el nombre de D-os en hebreo, ha sido objeto de interpretación y discusión durante siglos.

Los 72 Nombres de D-os, según la tradición de la Cábala, se forman a partir de tres versículos específicos del libro del Éxodo (Shemot en hebreo). Estos versículos se

encuentran en Éxodo 14:19-21 y contienen 72 letras en total. La formación de los Nombres de D-os implica la extracción de triadas de letras de estos versículos y su posterior vocalización para lograr una pronunciación adecuada. Se cuestiona la historia bíblica que atribuye la apertura del Mar Rojo a D-os, y en su lugar se dice que Moisés realizó esta proeza. La explicación dada es que Moisés tenía acceso a un poder divino a través de los 72 Nombres de D-os. A continuación, se explica el proceso (Gabriela, s.f.) (Dio Eterno, 2023) (La Cabala, 2023) (Raúl, 2023) (FreeMann & Guénon, Spartakus FreeMann, Le Nom de 72 Lettres ou Les 72 Noms de Dieu de la Kabbale (texte intégral), 2008):

El nombre de D-os es יהוה en la lengua hebrea cada letra tiene un valor:

י=10
ה=5
ו=6

De modo que al formar un triángulo que suma 72:

26 יהוה
21 יהו
\+ 15 יה
10 י
72

El Triángulo Celestial en la Cábala se refiere a una representación gráfica de la interacción divina en la creación y cómo D-os se relaciona con el mundo. En esta representación, las letras י (Yod), ה (He), ו (Vav) y ה (He) se colocan en un triángulo, con la última ה (He) en la parte superior del triángulo. La letra ו (Vav) se encuentra debajo del triángulo, conectando las tres letras del triángulo a la Tierra. Cada letra tiene un significado y una función específicos:

Yod (י): Representa la chispa divina y la fuente de toda la creación. Se asocia con la sabiduría divina y el aspecto trascendente de D-os.

He (ה): En su forma superior, esta letra representa el aspecto divino que se revela en el mundo superior, el mundo espiritual. La segunda He representa la presencia divina en el mundo inferior, el mundo material.

Vav (ו): Conecta las dos He y representa el canal de comunicación entre el mundo espiritual y el mundo material.

El Triángulo Celestial simboliza la conexión y la interacción entre D-os y el mundo. En la Cábala y la mística judía, se cree que meditar sobre este Triángulo puede ayudar a una persona a comprender y experimentar la presencia divina en su vida y el universo. El triángulo (10 letras) es una representación similar a las 10 sefiroth.



Elección de los versículos: Se toman los versículos de Éxodo 14:19-21 porque cada uno tiene 72 letras en hebreo:

Éxodo 14:19: "El ángel de D-os que iba delante del campamento de Israel se apartó e iba detrás de ellos; y asimismo la columna de nube que iba delante de ellos se apartó y se puso detrás,"

Éxodo 14:20: "y se puso entre el campamento de los egipcios y el campamento de Israel; y aquélla era nube y tinieblas, y a aquéllos alumbraba la noche, de manera que en toda aquella noche no se acercaron los unos a los otros."

Éxodo 14:21: "Y extendió Moisés su mano sobre el mar, e hizo YHVH que el mar se retirase por un recio viento oriental toda aquella noche; y tornó el mar en seco, y las aguas quedaron divididas."

Extracción de triadas: De estos versículos, se extraen triadas de letras en un proceso específico. Por ejemplo, se toma la primera letra del primer versículo, la última letra del segundo versículo y la primera letra del tercer versículo para formar la primera triada, y así sucesivamente. Aquí un ejemplo:

Primera triada: והו (Vav, Hei, Vav)

Segunda triada: ילי (Yod, Lamed, Yod)

Continúa extrayendo triadas de letras de manera similar hasta obtener las 72 triadas en total.

Una vez que se han formado las 72 triadas de letras, se utilizan las vocalizaciones correspondientes a las letras hebreas para crear una pronunciación. Las letras hebreas se vocalizan con signos vocales (puntos y líneas) que indican la pronunciación de las letras. Por ejemplo, el sonido "Vav" puede vocalizarse como "o" u "u", el sonido "Yod" puede vocalizarse como "i", y así sucesivamente. Con esta vocalización, se forma la pronunciación adecuada de cada uno.

Estos Nombres se utilizan en meditación y prácticas espirituales dentro de la tradición de la Cábala. Se creen que poseen un poder espiritual y ayudan a conectarse con lo divino, alcanzar estados de conciencia elevados y transformarse espiritualmente.

Se han utilizado en diversas tradiciones y que, en ocasiones, se les ha atribuido el estatus de ángeles o espíritus protectores. Según la creencia dependiendo de la cultura, tradición o religión, pueden utilizarse para conectarse con energías espirituales específicas y manifestar atributos divinos.

1. VEHUIAH (VAV – HEI – VAV) Viaje en el Tiempo.
2. YELIEL (YOD – LAMED – YOD) Recobrar la chispa.
3. SITAEL (TET – YOD – SAMEJ) Haciendo milagros.
4. ELEMIAH (MEM – LAMED – AYIN) Eliminar pensamientos negativos.
5. MAHASIAH (SHIN – HEI – MEM) Curación.
6. LEHALEL (HEI – LAMED – LAMED) Ampliar receptáculo de bendiciones.
7. AHAIAH (ALEF – KAF – ALEF) Haz que la armonía reine sobre el caos (alma).
8. CAHETEL (TAV – HEI – KAF) Desactivar energías negativas y estrés.
9. HAZAYAEL (YOD -ZAIN- HEI) Influencias angelicales.
10. ALADIAH (DALED – LAMED – ALEF) Las miradas pueden matar.
11. LAUVIAH (VAV – ALEF- LAMED) Disipar los vestigios del mal.
12. HEHAIA (AYIN – HEI – HEI) Amor incondicional.
13. EZALEL (LAMED – ZAIN – YOD) Lo divino en la tierra.
14. MEBAHEL (HEI – BET – MEM) Adiós a las armas.
15. HARIEL (YOD – RESH – HEI) Visión a largo alcance.
16. HAKAMIAH (MEM – KUF – HEI) Deshacer de la depresión.
17. LAVIAH (VAV – ALEF – LAMED) El gran escape.
18. CALIEL (YOD – LAMED – KAF) Fertilidad.
19. LEUVIAH (VAV – VAV – LAMED) Conectarse con Dios
20. PAHALIAH (LAMED – HEI – PE) Victoria sobre las adicciones.
21. NELAHEL (CAF – LAMED – NUN) Yo te ahorraré tiempo y energía.
22. YEYALEL (YOD – YOD – YOD) La Bendición de los Sacerdotes del Templo.
23. MELAHEL (HEI – LAMED – MEM) Compartir la llama.
24. HAHEUIAH (VAV – HEI – JET) Curar los celos
25. NITHAHAIA (HEI – TAV – NUN) Generar continuidad en tus proyectos /Decir lo que pensamos.
26. HAAIA (ALEF – ALEF – HEI) Orden a partir del caos.
27. YERATEL (TAV – RESH – YOD) Socio silencioso.
28. SEEHAIAH (HEI – ALEF – SHIN) Encuentra tu Alma Hermana o Alma gemela.
29. REIYEL (YOD – YOD – RESH) Eliminar el odio.
30. OMAEL (MEM – VAV – ALEF) Construir puentes.
31. LECABEL (BET – KAF – LAMED) Concluir lo que comenzaste.
32. VASARIAH (RESH – SHIN – VAV) Conectar con la conciencia de la Nueva Humanidad.
33. YEHUIAH (VAV – JET – YOD) Revelar el lado oscuro.
34. LEHAHAIAH (JET – HEI – LAMED) Poner al ego al servicio del alma /vencer al oponente.
35. KHAVAKIAH (KUF – VAV – KAF) Sublimar la Energía sexual.
36. MENADEL (DALED – NUN – MEM) Sin duda, sin miedo.
37. ANIEL (YOD – NUN – ALEF) El cuadro completo.
38. HAAMIAH (MEM – AYIN – MEM) Entra en el circuito de Luz.
39. REHEAEL (AYIN – HEI – RESH) Diamante en bruto.
40. YEIAZEL (ZAIN – YOD – YOD) Hablar con las palabras correctas.
41. HAHEHEL (HEI – HEI – HEI) Sanación general.



42. MIKAEL (KAF – YOD – MEM) Revelar lo oculto.
43. VEULIAH (LAMED – VAV – VAV) Ayuda a elevar las almas a tu alrededor.
44. YELAHIAH (HEI – LAMED – YOD) Suavizar los juicios.
45. SEALIAH (LAMED – ALEF – SAMEG) El poder de la prosperidad.
46. ARIEL (YOD – RESH – AYIN) Certeza absoluta.
47. ASALIAH (LAMED – SHIN – AYIN) Transformación global.
48. MIHAEL (HEI – YOD – MEM) Unidad.
49. VEHUEL (VAV – HEI – VAV) Gratitud al Creador.
50. DANIEL (YOD – NUN – DALET) Adquirir el don de la profecía.
51. HASAHIAH (SHIN – JET – HEI) Sin culpa.
52. IMAMIAH (MEM – MEM – AYIN) Fuerza espiritual.
53. NANAEL (ALEF – NUN – NUN) Bondad como defensa espiritual.
54. NITAEL (TAV – YOD – NUN) La muerte de la muerte.
55. MEBAHIAH (HEI – BET – MEM) Del pensamiento a la acción.
56. POYEL (YOD – VAV – PE) Desvanecer la ira.
57. NEMAMIAH (MEM – MEM – NUN) Escuchar tu propia alma.
58. YEIALEL (LAMED – YOD – YOD) Dejar ir.
59. HARAHEL (JET – RESH – HEI) Cordón umbilical.
60. MITZRAEL (RESH – TZADIK – MEM) Libertad.
61. UMABEL (BET – MEM – VAV) Agua.
62. IAH-HEL (HEI – HEI – YOD) Padres educadores, no predicadores.
63. ANAUEL (VAV – NUN – AYIN) Apreciación.
64. MEHIEL (YOD – JET – MEM) Proyectarse bajo una luz favorable.
65. DAMABIAH (BET – MEM – DALED) Respeto a Dios/ Temor de D-os.
66. MENAKEL (KUF – NUN – MEM) Responsabilidad.
67. EYAEL (AYIN – YOD – ALEF) Grandes expectativas.
68. HABUIAH (VAV – BET – JET) Contactar a almas que partieron.
69. REOHAEL (HEI – ALEF – RESH) Perdido y encontrado.
70. YABAMIAH (MEM – BET – YOD) Reconocer la finalidad bajo el desorden.
71. HAYAYEL (YOD – YOD – HEI) Profecía y universos paralelos.
72. MUMIAH (MEM – VAV – MEM) Purificación espiritual.

(Raúl, 2023) (FreeMann & Guénon, Spartakus FreeMann, Le Nom de 72 Lettres ou Les 72 Noms de Dieu de la Kabbale (texte intégral), 2008)

¿Lo anterior tiene que ver con la identidad cosmogónica del D-os de la Merkabá?, sí, una perspectiva de la Cábala en la que el uso del Nombre de D-os en la Merkavá se relaciona con la comprensión de la realidad cósmica y la interacción entre lo divino y lo humano. Los ángeles se consideran como entidades finitas que pueden ser influenciadas por los seres humanos como parte de un sistema de intermediarios en la cosmogonía judía. Se relacionaba con la naturaleza y la identidad del D-os en algunas de las tradiciones de la antigüedad, por ejemplo en la Kabbalah (Sabán Cuño, 2018, pág. 154):

1. **Nombre de D-os (Tetragrama):** El uso del Sagrado Nombre de D-os (Tetragrama) en la Merkavá es una estrategia exegética (interpretativa) para expandir las energías



del Infinito a los cuatro universos. En otras palabras, los cabalistas utilizaron el Nombre Divino como una herramienta para comprender y conectarse con la realidad cósmica.

2. **No necesidad de un Yo identitario:** D-os no tiene una identidad egoica o un "Yo" en el sentido humano. Esto se relaciona con la prohibición de crear imágenes de D-os en la tradición judía. El D-os de la Merkavá se concibe como una entidad que no tiene un nombre egoico, sino que representa la estructura de la génesis cósmica.
3. **Fórmula de la realidad cósmica:** El Nombre en de D-os no es simplemente un nombre divino, sino se piensa es una fórmula que revela la naturaleza de la creación cósmica. La idea es que nombrar al Mensajero o Mesías (Dios) de manera egoica podría interponerse entre el ser humano y la realidad cósmica, este cuestionamiento crearía división posteriormente en tradiciones judeo-cristianas.
4. **Ángeles como desplazamientos divinos finitos:** Fragmentar la fuerza única de D-os en el sistema angelical, los seres humanos pueden dialogar, pelear y vencer a estos niveles divinos inferiores. Los ángeles se convierten en desplazamientos divinos finitos y proporcionan un reemplazo del politeísmo antiguo. Estos ángeles son entidades energéticas o materiales que pueden ser influenciadas y manipuladas por los humanos.
5. **72 energías angelicales (Nombres de Dios):** Se menciona que estas 72 energías angelicales no son entidades antropomórficas para reemplazar al D-os, sino que sirven para entrenar psicológicamente a los individuos y ascender al nivel de consciencia del Universo de Briá.
6. **Infinitud de Dios:** A pesar de que los intermediarios (ángeles) pueden ser vulnerables debido a su naturaleza finita, D-os se considera infinito y, por lo tanto, no puede ser vencido o limitado de la misma manera.

Los "72 nombres de Dios" o "shem mephorash", de estos nombres divinos existen mucha maneras de cómo usarlos como una herramienta para lograr lo necesario, no necesariamente lo que se desea.
Existen métodos de oración y conexión con D-os, mencionando la importancia de la emoción, la humildad y la preparación antes de llevar a cabo estos rituales. También destaca la importancia de la gratitud y cómo pedir con humildad, buscando bendiciones y sabiduría para ayudarse a sí mismo y a los demás.
El intercambio de experiencias y el compartir las bendiciones recibidas, alentando la humildad y la comprensión de la divinidad (Sevilha, 2023).

¿73 Nombres?

Aprovechare para hablar de un tema que puede ser sensible, pero que es importante desde cierto punto de vista filosófico y es el tetragrama YHVH (latinizado) ó **יהוה** (Hebreo), que sería el nombre 73, y porque causa tanta incertidumbre y conflicto:

Históricamente lo que sucedió es el Tetragrama se originó en un pasaje del libro de Éxodo en la Biblia hebrea, cuando Moisés preguntó a D-os su nombre en el Monte Horeb. D-os



respondió: "YO SOY EL QUE SOY" (Éxodo 3:14), que en hebreo es "Ehyeh asher ehyeh." El Tetragrama YHWH proviene de la misma raíz que esta respuesta divina.

En la tradición judía, el nombre YHWH se considera tan sagrado que, por respeto y reverencia, dejó de pronunciarse en voz alta. En su lugar, se utilizan términos como "Adonai" (el SEÑOR) o "Hashem" (El Nombre) al leer o hablar sobre D-os. Esta reverencia por el nombre de D-os es una manifestación del mandamiento bíblico de no usar el nombre de D-os en vano.

Cuando el texto bíblico original fue escrito en hebreo antiguo, las palabras se registraban sin vocales. Esto hizo que realmente el nombre se perdiera en la historia quedando solo el tetragrama que no tiene pronunciación especifica se desconocen la vocales y lo que quedo del probable nombre es יהוה.

Posteriormente, con la introducción de vocales y acentos masoréticos, se añadieron signos que indicaban que debía leerse "Adonai" en lugar de YHWH se latinizo, lo que dificultó aún más la reconstrucción de la pronunciación original del Tetragrama (holybiblia, 2023).

La forma "Jehová" se originó en la Edad Media en Europa, cuando los traductores cristianos intentaron representar el tetragrama hebreo en latín. Combinaron las consonantes YHWH con las vocales de la palabra hebrea "Adonai," que significa "Señor," para formar lo que conocemos como "Jehová." Desde mi perspectiva se escucha un poco como tratar de pronunciar YodHeVav juntas יהו, o también HeVav o HeYodVav como surgió hay un poco de misterio.

Posteriormente la Santa Sede Católica (Remaud & San Martín, 2008) solicito no pronunciar el nombre bíblico de D-os, "Yahvé" (Yahweh o Jehovah), en la liturgia y las oraciones cristianas, y cómo esto se relaciona con el respeto hacia el pueblo judío y con la comprensión de la fe cristiana. Aquí hay una explicación de los puntos clave:

Respeto hacia el pueblo judío: La decisión de no pronunciar el nombre divino "Yahvé" en la liturgia cristiana es un gesto de respeto hacia el pueblo judío. El nombre "Yahvé" es uno de los nombres más sagrados en la tradición judía, y al evitar su pronunciación, la Iglesia muestra consideración hacia la sensibilidad religiosa judía.

Origen de la práctica de no pronunciar el nombre divino: La práctica de no pronunciar el nombre divino se basa en la tradición judía y en especial en la Mishná, un cuerpo de leyes y tradiciones judías compiladas. Originalmente, el nombre divino se pronunciaba en el Templo en ciertas ocasiones, pero con el tiempo, se dejó de pronunciar en la liturgia diaria. El Talmud sugiere que esta decisión se tomó para evitar un uso mágico o inapropiado del nombre.

Simón el Justo y el nombre divino: A partir del gran sacerdote Simón el Justo, aproximadamente en el año 195 a.C., el nombre divino ya no se pronunciaba en la liturgia



diaria, excepto en el Día de la Expiación (Yom Kipur) en el Templo de Jerusalén. Incluso en ese contexto, el nombre divino se pronunciaba de una manera especial y solemne. La Mishná no afirma que el gran sacerdote pronunciara el nombre, sino que "salía de su boca".

El Nuevo Testamento y la traducción del nombre divino: El texto señala que el Nuevo Testamento y los primeros cristianos, al denominar a Jesús como "Señor" (Kyrios en griego), hicieron una elección deliberada al utilizar el término griego para traducir el nombre divino. Esta elección reflejaba la importancia del título de "Señor" y su relación con Cristo en la fe cristiana.

Interpretación de la tradición: Debido a la tradición de no pronunciar el nombre divino en el judaísmo, se puede encontrar una alusión a la tradición y al poder purificador del Nombre en el Nuevo Testamento. Esto se relaciona con el versículo de la Primera Epístola de San Juan que dice: "se os han perdonado los pecados por su nombre" (1 Juan 2, 12) (Remaud & San Martín, 2008).

La conclusión general sobre YHVH es que la decisión de no pronunciar el nombre divino en la liturgia cristiana es un gesto de respeto hacia la tradición judía y tiene conexiones teológicas con la fe cristiana en la que el título de "Señor" se considera intercambiable entre el D-os de Israel y el Mesías de la fe cristiana, Jesús.

Sin embargo, en la tradición judía, varias religiones y entre los eruditos, se sigue evitando pronunciar el nombre divino en voz alta, y en su lugar se utilizan términos reverentes, el nombre como tal no hay una precisión, no existe.

Los números

Volviendo a los números, el mundo está lleno de misterios y maravillas, en el pasado el ser humano observo un mundo que se extendía desde los cielos estrellados hasta las profundidades de los océanos. Los seres humanos, curiosos por naturaleza, se encontraron con un desafío: cómo entender y describir este vasto universo que los rodeaba.

Entonces, aparecieron las matemáticas, un lenguaje especial que parecía irrazonablemente perfecto para el trabajo. Este lenguaje estaba lleno de números, símbolos y reglas que permitían a las personas expresar sus pensamientos de una manera precisa y sin ambigüedades. Era como un tesoro de conocimiento, listo para ser descubierto y utilizado.

Los seres humanos se dieron cuenta de que las matemáticas eran como un puente entre sus mentes curiosas y el vasto universo. Podían usar números y ecuaciones para describir patrones en las estrellas, calcular la órbita de los planetas y entender cómo se movían los objetos a través del tiempo y el espacio. Las matemáticas se convirtieron en la clave para desentrañar los secretos del cosmos.



Muchas personas escudriñaron en sus misterios como los hebreos y cabalistas que encontraron una conexión mágica entre D-os y los números. Esta relación se convirtió en una hermosa historia que desentrañaba los misterios del universo.

Los hebreos creían que cada letra de su alfabeto tenía un valor numérico. Así, las palabras y los nombres podían transformarse en números. Pero, para ellos, esto no era solo una coincidencia. Creían que estas equivalencias tenían un significado profundo.

Imagina que D-os, el creador del universo, había tejido los números en las fibras del cosmos. Los números no eran simples símbolos, eran las huellas de D-os en la creación. Cada número tenía un significado especial y, al comprenderlos, los hebreos creían que podían comprender mejor a D-os y su plan divino.

En esta historia, los cabalistas, un grupo de estudiosos místicos, se convirtieron en los guardianes de este conocimiento. Sumergiéndose en los números y letras, exploraron los secretos de la creación. Creían que los números eran como claves cósmicas que abrían puertas hacia una comprensión más profunda de la esencia divina, similar a los pitagóricos.

Una de las ideas más fascinantes era el concepto de los "Nombres de Dios". Los hebreos creían que cada combinación de letras y números revelaba un aspecto diferente de la naturaleza de D-os. Estos Nombres de D-os eran como tesoros escondidos, esperando ser descubiertos por aquellos que buscaran la verdad.

Gematría

La Cábala (Zurdo, s.f.) es una tradición mística en el judaísmo que busca descifrar los secretos de la Divinidad y el Universo. En la Cábala, las Sefirot (esferas que representan aspectos divinos) están conectadas por 22 caminos, cada uno representado por una letra hebrea. La gematría es una práctica que asigna valores numéricos a estas letras. Cada letra hebrea tiene un valor numérico, y a través de la gematría, los cabalistas exploran relaciones ocultas y buscan pistas para comprender los textos sagrados y ascender espiritualmente.

Emplea la suma de los valores numéricos de las letras en una palabra o nombre. Cuando dos palabras diferentes suman el mismo valor numérico, se consideran equivalentes en su significado. Esta práctica busca encontrar conexiones y significados más profundos entre las palabras a través de la numerología y la equivalencia numérica.

Para aplicarla a palabras o nombres en caracteres latinos (ver link **Zurdo, s.f.)**, primero se transliteran a caracteres hebreos, lo que permite calcular su valor numérico mediante la suma de los valores de las letras hebreas. Esto se utiliza para encontrar conexiones simbólicas y significados ocultos en los textos sagrados.

La gematría (Laitman M. , Quora, 2021), en el contexto de la Cábala, representa un estado interno del alma humana, expresado a través de secuencias de letras hebreas. Este

concepto se refiere a la combinación entre un deseo espiritual, denominado "Kli" o "vasija", y la Luz espiritual, conocida como "Ohr", que llena dicho deseo. Es esencialmente un registro de estados del alma, incluyendo sensaciones, percepciones, memorias e intenciones.

La importancia de la gematría radica en que al leer secuencias de letras y palabras, no se trata solo de relatos o información superficial, sino de un proceso de cambio espiritual. Al interpretar estos códigos, se accede a niveles más profundos del ser, permitiendo una conexión con la esencia espiritual, acercándose al Creador.

Cada letra, palabra o secuencia en gematría se considera un símbolo espiritual que revela la relación entre la Luz, la cualidad divina, y la vasija, el alma humana. Al acercarse a la gematría con la intención de descubrir el alma, se experimenta la armonía de las fuerzas naturales que se expresan a través de las letras y palabras.

Decimal	Hebrew	Glyph	Decimal	Hebrew	Glyph	Decimal	Hebrew	Glyph
1	*Aleph*	א	10	*Yod*	י	100	*Kof*	ק
2	*Bet*	ב	20	*Kaf*	כ	200	*Resh*	ר
3	*Gimel*	ג	30	*Lamed*	ל	300	*Shin*	ש
4	*Dalet*	ד	40	*Mem*	מ	400	*Tav*	ת
5	*He*	ה	50	*Nun*	נ	500	*Kaf* (final)	ך
6	*Vav*	ו	60	*Samekh*	ס	600	*Mem* (final)	ם
7	*Zayin*	ז	70	*Ayin*	ע	700	*Nun* (final)	ן
8	*Het*	ח	80	*Pe*	פ	800	*Pe* (final)	ף
9	*Tet*	ט	90	*Tsadi*	צ	900	*Tsadi* (final)	ץ

Imagen: (Gematría)

Siglo VIII a.C.: El primer uso documentado de la gematría aparece en una inscripción asiria del reinado de Sargón II, quien construyó un muro de 16,283 codos de longitud para que coincidiera con el valor numérico de su nombre.

Siglo VI a.C.: La práctica de usar letras alfabéticas para representar números se desarrolla en la ciudad griega de Mileto, conocido como el sistema milesio. Ejemplos tempranos incluyen graffiti en vasijas.

Siglo VI a.C.: Se atribuye a los pitagóricos, en particular a Pitágoras de Samos, la práctica de la isopsefia, precursora griega de la gematría.

Reinado de Alejandro Magno (336-323 a.C.): El sistema milesio se generaliza y se adopta en otros contextos durante el período helenístico. Se oficializa en Egipto durante el reinado de Ptolomeo II Filadelfo (284-246 a.C.).



78 a.C.: Se encuentran evidencias del uso de letras hebreas como números en textos bíblicos del período helenístico.

Hasmonean Dynasty (c. 140-37 a.C.): A pesar de que el canon de la Biblia hebrea estaba fijado en esta época, hay debates entre los académicos sobre cuándo se estableció la gematría.

Siglo V: Según Proclus, el autor Teodoro Asaeus interpretó la palabra "alma" (ψυχή) utilizando gematría. Otros filósofos, como Numenio de Apamea y Amelio, también usaron estas técnicas.

Siglo I d.C.: La gematría se encuentra en textos cristianos y judíos, como la Epístola de Bernabé, que data entre el año 70 y el 132 d.C.

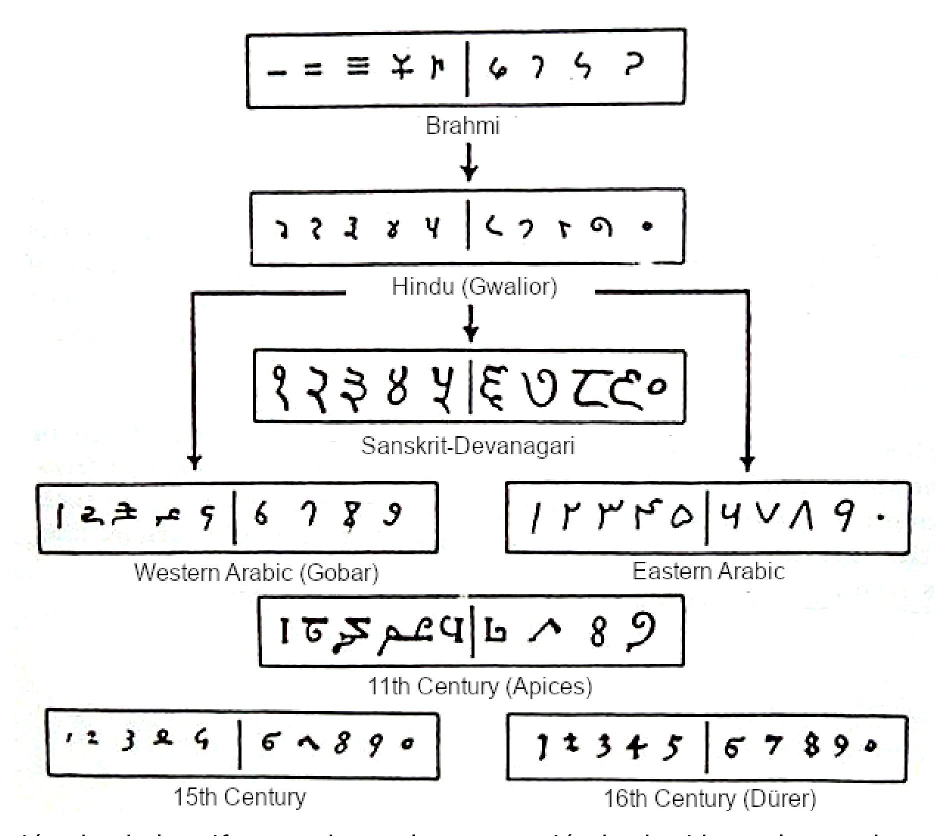
Siglo II y III: El texto 3 Baruch, atribuido a judíos o cristianos, utiliza gematría para indicar números simbólicos basados en palabras hebreas traducidas al griego.

En la literatura rabínica: Se emplea la gematría, por ejemplo, el valor numérico de "El Satanás" (השטן) se interpreta como 364 días, lo que se relaciona con su capacidad para enjuiciar a Israel durante ese tiempo.

En el Islam: El valor numérico de la Basmala es 786 según el sistema Abjadi de numerología, adquiriendo relevancia en la cultura popular y prácticas religiosas.

Existieron otras variantes la numerología si observas algunos símbolos guardan similitud con los números arábigos que usamos ahora:





(Evolución desde las cifras usadas en la numeración brahmi hasta las modernas cifras arábigas., 2019)

Lengua Hebrea

El hebreo es una lengua con una rica historia que se extiende a lo largo de más de tres milenios de escritura documentada. Sus raíces se remontan a la tradición hebraica, con vínculos que se establecen desde la Torá y la era de Moisés. A lo largo de su vasta existencia, el hebreo ha experimentado diversos procesos de cambio lingüístico, lo que ha resultado en diferencias notables entre el hebreo antiguo y el hebreo moderno, aunque ambos comparten un parentesco lingüístico innegable.

La clasificación de la evolución del hebreo según etapas históricas revela una división entre el hebreo antiguo y el hebreo moderno. El hebreo antiguo abarca una serie de períodos significativos, desde el hebreo bíblico o clásico hasta el hebreo de la Mishná y el hebreo medieval. Cada etapa representa un aspecto único de la historia y la evolución lingüística del hebreo, desde su uso en la antigua literatura bíblica hasta su función como lengua litúrgica y académica en la Edad Media.

El hebreo moderno, por otro lado, marca un renacimiento lingüístico que comenzó en el siglo XIX, impulsado por figuras como Eliezer Ben-Yehuda. Este renacimiento dio lugar a la creación de una nueva lengua hebrea para el uso cotidiano, con el objetivo de unificar a la población judía y revitalizar su identidad nacional. Aunque inicialmente enfrentó desafíos y



escepticismo, el hebreo moderno eventualmente se estableció como el idioma principal de las poblaciones judías en la Palestina otomana y más tarde en el Estado de Israel (Idioma hebreo, 2024).

El proceso de evolución del hebreo no fue lineal ni uniforme. A lo largo de los siglos, la lengua experimentó cambios lingüísticos influenciados por factores como la dominación extranjera, la influencia de idiomas vecinos como el arameo, y los movimientos migratorios judíos que llevaron a la diáspora. Sin embargo, la persistencia y adaptabilidad del hebreo como lengua literaria y litúrgica permitieron su resurgimiento y revitalización como lengua vernácula en tiempos modernos.

El hebreo no solo es un vehículo de comunicación, sino también un vínculo con la rica herencia cultural y religiosa del pueblo judío. Su resurgimiento como lengua viva en el siglo XIX representa un hito significativo en la historia lingüística y cultural de la humanidad, destacando el poder transformador del lenguaje en la preservación y la identidad nacional. Desde sus humildes orígenes hasta su resurgimiento moderno, el hebreo ha demostrado ser mucho más que un simple medio de comunicación: es un testamento perdurable a la perseverancia y la resiliencia de un pueblo y su cultura.

Estrella de David y México

La Estrella de David, conocida en hebreo como Maguén David, es un símbolo intrínseco al judaísmo, resonando con la profundidad de su historia y el misterio de su significado. Desde su origen en el siglo III en Tarento, Italia, esta estrella de seis puntas ha capturado la imaginación y el espíritu de generaciones, tejiendo un hilo místico entre lo terrenal y lo divino.

Este símbolo, compuesto por la superposición de dos triángulos equiláteros, trasciende su simple geometría para convertirse en un puente entre D-os y la humanidad. En cada una de sus puntas y en el hexágono central, se encierran secretos milenarios, símbolos de una relación eterna entre lo visible y lo invisible.

A lo largo de la historia, la Estrella de David ha encontrado su hogar en el arte ritual judío, decorando sinagogas y embelleciendo objetos de culto. Su presencia en la bandera de Israel no solo la consagra como emblema nacional, sino que también la eleva a un símbolo de unidad y esperanza para el pueblo judío en su tierra prometida.

Pero más allá de su importancia en la cultura judía, la Estrella de David trasciende fronteras y tiempos. En su resplandor se refleja la luz de la solidaridad humana y la búsqueda de la conexión universal. A través de los siglos, ha sido adoptada por diversas culturas y religiones, encontrando su lugar en el corazón de la humanidad como un símbolo de paz y armonía.

“Relación de la Estrella de David con México



La Estrella de David es un símbolo significativo del judaísmo y se asocia comúnmente con la identidad judía*. En México, este símbolo se ha utilizado en contextos históricos y culturales específicos, uno de los cuales es la tumba de Tomás Mejía en el panteón de San Fernando en la Ciudad de México. La tumba de Mejía es la única en el panteón que tiene una Estrella de David, mientras que las demás tumbas tienen cruces. La Estrella de David en la tumba no se explica explícitamente en el texto, por lo que su relación específica con México es desconocida.*

México y la comunidad judía

México cuenta con una comunidad judía activa que tiene sus raíces en la época colonial. Los judíos llegaron a México en el siglo XVI y XVII, principalmente de España y Portugal, y se establecieron en ciudades como la ***Ciudad de México, Guanajuato y Veracruz****. En la actualidad, la comunidad judía en México se concentra principalmente en la Ciudad de México y cuenta con varias sinagogas y comunidades activas. La presencia histórica de la comunidad judía en México y su contribución a la sociedad y la cultura mexicana siguen siendo objeto de interés y estudio.*

Influencia cultural y artística entre México y la cultura judía

*La relación entre México y la cultura judía ha sido influenciada por intercambios culturales y artísticos a lo largo de la historia. Por ejemplo, el muralista Diego Rivera mostró un interés en la cultura judía y en las exposiciones que se llevaron a cabo en la Ciudad de México en la década de 1930. También ha habido intercambios literarios y académicos entre México y Israel. Estos intercambios culturales continúan en la actualidad, con festivales de cine y exposiciones de arte que se enfocan en la cultura judía y su relación con México****"*** (Giménez, 2023).

En el ámbito del arte, la moda y la joyería, la Estrella de David brilla con un resplandor eterno. Sus líneas elegantes y su simbolismo profundo la convierten en un tesoro codiciado, un recordatorio tangible de la conexión entre lo humano y lo divino.

Así, la Estrella de David sigue iluminando nuestros corazones y nuestras mentes, guiándonos en nuestro viaje hacia la comprensión y la unidad. En cada puntiaguda línea y en cada ángulo perfecto, encontramos un reflejo de nuestra propia búsqueda espiritual y un recordatorio de que, en última instancia, todos estamos unidos en un solo universo de amor y luz.

Las letras del alfabeto hebreo son también geometría sagrada que prevalece aun en la actualidad, por ejemplo, la representación de las letras del alfabeto judío mediante la Estrella de David es una práctica que se enraíza en la rica tradición esotérica y simbólica del judaísmo, especialmente en la Cábala, la mística judía. En este contexto, el alfabeto

hebreo no es solo un sistema de escritura, sino también un conjunto de símbolos con significados profundos y conexiones místicas.

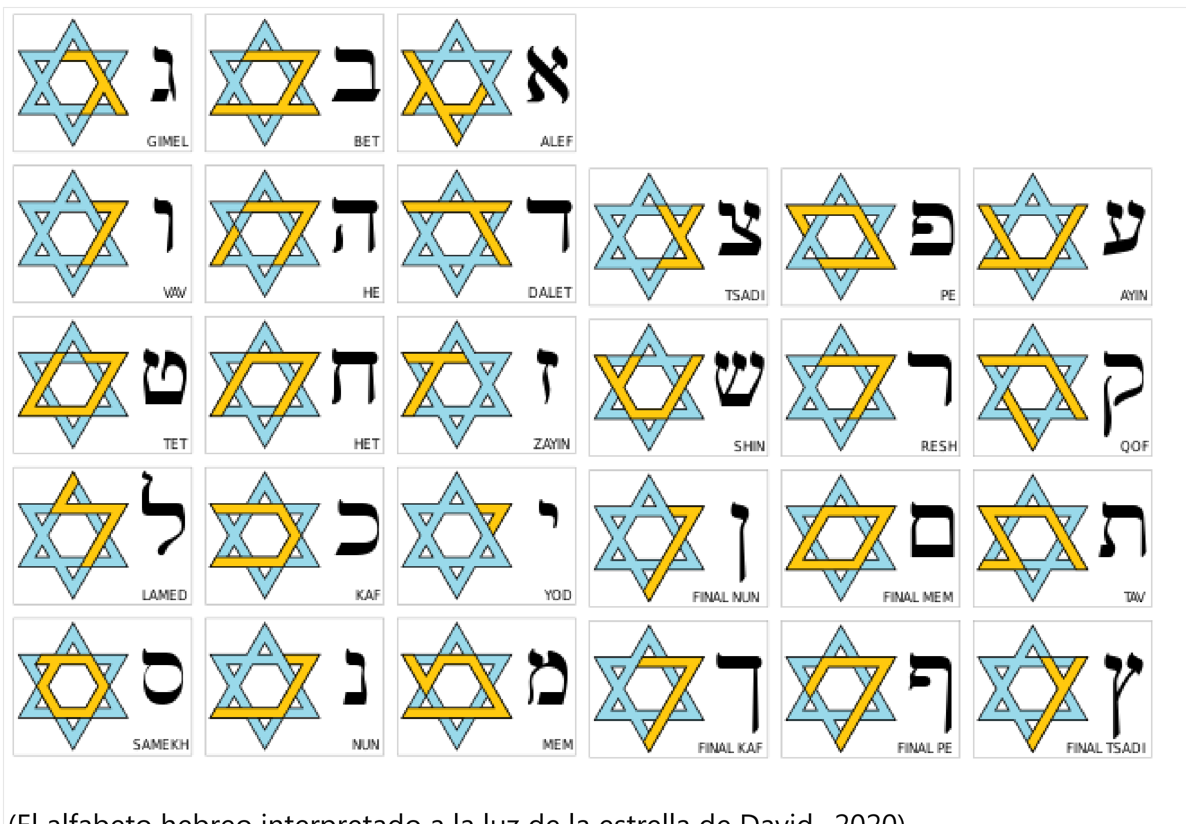
La Estrella de David, es un símbolo central en el judaísmo que representa la conexión entre lo divino y lo humano, así como la unidad cósmica y espiritual. Con sus dos triángulos entrelazados, simboliza la armonía y el equilibrio en el universo.

Al relacionar las letras del alfabeto judío con la Estrella de David, se establece una conexión simbólica que permite explorar y comprender la naturaleza mística del lenguaje hebreo. En la Cábala, cada letra del alfabeto hebreo tiene un valor numérico y una serie de significados asociados, que van más allá de su función como caracteres escritos. Estos significados incluyen aspectos espirituales, psicológicos y metafísicos que representan diversas facetas del universo y la relación entre D-os y la humanidad.

Cuando se interpreta el alfabeto hebreo a la luz de la Estrella de David, se profundiza en su simbolismo y se revelan conexiones ocultas entre las letras y los conceptos espirituales representados por la estrella. Por ejemplo, cada una de las seis puntas de la estrella puede asociarse con un grupo particular de letras, y las intersecciones de los triángulos pueden representar combinaciones específicas de letras que tienen significados especiales en la Cábala.

Además, la geometría de la Estrella de David, con su estructura de triángulos equiláteros entrelazados, refleja la complejidad y la interconexión de los conceptos representados por las letras del alfabeto hebreo. Esta asociación entre la forma de la estrella y la estructura del lenguaje hebreo permite una comprensión más profunda de la naturaleza espiritual del alfabeto y su papel en la cosmología judía.

En resumen, la representación de las letras del alfabeto judío mediante la Estrella de David es una forma de explorar y comprender el simbolismo y la mística del lenguaje hebreo en el contexto de la tradición esotérica judía. Al interpretar el alfabeto a la luz de la estrella del Rey David, se revelan conexiones significativas y se profundiza en la comprensión de la naturaleza espiritual del lenguaje y su relación con el universo.



(El alfabeto hebreo interpretado a la luz de la estrella de David., 2020)

Evolución de la Geometría

La geometría sagrada también desempeñaba un papel importante en esta historia. Los hebreos y cabalistas creían que las formas geométricas eran manifestaciones visuales de los números divinos. El triángulo, con sus tres lados, representaba la trinidad de D-os, mientras que el círculo simbolizaba la infinitud de su poder.

En su búsqueda, los cabalistas trazaron diagramas complejos y realizaron cálculos meticulosos. Pero no lo hacían por simple curiosidad intelectual. Lo hacían en un acto de amor y devoción hacia D-os. Creían que al estudiar los números, estaban llegando más cerca de D-os, entendiendo mejor su plan y su relación con el universo.

Y así, en esta hermosa historia, los hebreos y cabalistas exploraron los números como un camino hacia la comprensión de D-os. Cada número, cada ecuación, era como una nota en una sinfonía divina. Los números se convirtieron en la clave para descifrar el lenguaje secreto del universo y, al hacerlo, encontraron una profunda conexión con lo divino y hoy en día lo siguen haciendo.

Pero las matemáticas no solo eran útiles para explorar el universo; también eran universales. No importaba en qué parte del mundo vivieran las personas, ni en qué idioma hablaran, las matemáticas eran un lenguaje que todos podían entender. Eso permitió a los



científicos de diferentes culturas colaborar y compartir sus descubrimientos, construyendo juntos un vasto tesoro de conocimiento matemático.

A medida que los seres humanos exploraban más y más el mundo natural, descubrieron que las matemáticas eran sorprendentemente precisas. Podían predecir cómo se comportaría un objeto en movimiento, calcular la probabilidad de un evento y modelar fenómenos complejos. Era como si las matemáticas fueran la llave maestra que abría las puertas del entendimiento.

Así, las matemáticas se convirtieron en el lenguaje con el que los seres humanos describían el universo y lo relacionaban. Eran una herramienta poderosa que permitía a las personas comprender mejor el mundo que los rodeaba y hacer predicciones sobre su comportamiento.

Y mientras explorando, las matemáticas seguían siendo una fuente inagotable de maravillas. Cada número, cada ecuación y cada teorema parecían tener su propio secreto por descubrir. Las matemáticas eran como un cuento interminable, lleno de intrigas y sorpresas, y los seres humanos estaban decididos a seguir explorándolo.

Así que, en este mundo de maravillas y misterios, las matemáticas se convirtieron en el compañero fiel de los seres humanos en su búsqueda de comprender el universo. Y juntos, continuaron tejiendo historias asombrosas y descubriendo los secretos que el cosmos tenía para ofrecer.

Imagina que los números son como piezas de rompecabezas, y algunos números son muy especiales y divertidos de descubrir. Uno de esos números especiales es el 73 (Pomerance & Spicer, 2019) (Morales Medina, 2019) (wikipedia, 2023), ¡y aquí te diré por qué es tan interesante!

El 73 es un número primo. Eso significa que es como un tesoro matemático que solo se puede dividir por sí mismo y por el número 1. Nadie más puede "partirlo" en pedazos. ¡Es único!

Pero eso no es todo, ¡aquí viene lo asombroso! Si miras los dígitos del 73, que son el 7 y el 3, y los multiplicas juntos, obtienes 21. Y adivina qué, el 73 es el 21º número primo. ¡Es como si los números jugaran un juego secreto!

Y hay más diversión. Si das vuelta los dígitos del 73, obtienes 37, ¡que es el 12º número primo! ¡Y el 12 es como el opuesto del 21! Es como un espejo mágico de números.

Así que, según un personaje llamado Sheldon Cooper en una famosa serie de televisión llamada "The Big Bang Theory," el 73 es el mejor número. Y algunos matemáticos han estudiado esto y han descubierto que el 73 es el único número con todas estas propiedades. ¡Por eso el 73 es tan especial y divertido de aprender!

En el sistema binario, que es el lenguaje de las computadoras, el 73 se representa como 1001001. Es un número capicúa, lo que significa que se lee igual de izquierda a derecha y de derecha a izquierda. También tiene tres unos en su interior.

En el sistema octal (una forma de contar como los octágonos), el 73 se escribe como 111, que también es un número capicúa.

Si sumas $2^6 + 2^3 + 2^0$, obtienes 73. Esto significa que es una suma de potencias de 2.

Igualmente, si sumas $8^2 + 8^1 + 8^0$, obtienes 73. Esto es una suma de potencias de 8.

Como si esto fuera poco, 73 es un número pitagórico. ¿Sabes lo que eso significa? ¡Es un número que se puede representar como la diferencia de dos cuadrados perfectos! En este caso, $73 = 37^2 - 36^2$.

También, 73 es un número primo en el anillo de los números complejos, llamado "enteros gaussianos". Eso significa que no se puede descomponer en factores más pequeños en ese sistema.

Es como si los números tuvieran secretos emocionantes esperando a ser descubiertos, ¿verdad? ¡Los números pueden ser muy sorprendentes!

Mis disculpas si mis respuestas a estos temas parecen saltar de un tema a otro. La razón detrás de esto es que me parece fascinante cómo los números y las matemáticas están relacionados de maneras sorprendentes y llenas de curiosidades. Mi objetivo es compartir estos aspectos interesantes y entrelazados de las matemáticas, mostrando cómo están conectados y cómo pueden ser parte de hermosas historias y revelaciones.

A menudo, los números y las matemáticas no son simplemente conceptos aislados, sino que están entrelazados en una red de relaciones y significados profundos. Esto puede llevarnos en una travesía desde un número particular o una ecuación hacia otros números y conceptos relacionados que enriquecen nuestra comprensión y apreciación de las matemáticas y su papel en el mundo.

Mi intención es despertar la curiosidad y el asombro en relación con las matemáticas y mostrar cómo pueden estar presentes en muchos aspectos de la vida y la cultura.

A veces, al tratar cuestiones matemáticas, esotéricas como la Cábala, y curiosidades, puedo involucrarme en múltiples aspectos fascinantes y relacionados con estos temas.

La belleza de las matemáticas y las tradiciones como la Cábala es que ofrecen una amplia gama de conexiones y posibilidades. A menudo, estas conexiones sorprendentes pueden conducir a nuevas perspectivas y un mayor entendimiento de conceptos abstractos.



Merkaba

Hasta aquí definiremos tres diferentes conceptos que usan la palabra Merkaba vistos hasta esta parte del texto, para no confundirlos:

1. **La Merkaba:**
    - Es una estructura geométrica sagrada que se visualiza como dos tetraedros entrelazados. Estos tetraedros representan aspectos masculinos y femeninos de la creación, así como la conexión con lo divino y con la Tierra. Se considera una herramienta simbólica que puede utilizarse para acceder a dimensiones superiores y experimentar la unidad con lo divino.
    - Es un símbolo presente en varias tradiciones espirituales y místicas, incluidas la cábala y la espiritualidad judía, así como en otras culturas antiguas y presentes. Se cree que trabajar con la visualización de la Merkaba puede llevar a la purificación y la elevación espiritual.
2. **La Meditación Merkaba:**
    - Es una práctica que involucra la visualización y el trabajo con la Merkaba. A través de esta meditación, los practicantes visualizan la Merkaba y utilizan esta estructura geométrica como un vehículo para acceder a niveles superiores de conciencia.
    - Se siguen pasos específicos que implican la visualización de letras hebreas, la unificación de llamas y la proyección de luz hacia la Tierra, entre otros. Esta práctica se centra en la purificación, la elevación y la conexión con la energía divina.
3. **La Merkaba de Dios:**
    - La "Merkaba de Dios" es un concepto que se relaciona con la creencia en una Merkaba divina o celestial. Se sugiere que, en ciertas tradiciones místicas y religiosas, como la cábala, D-os utiliza una Merkaba como un vehículo o medio para manifestarse en diferentes dimensiones y acercarse a la humanidad.
    - En este contexto, la "Merkaba de Dios" puede verse como una manifestación de la presencia divina que permite la comunicación y la interacción entre lo divino y lo humano. Se considera una forma de expresión de la voluntad divina y el misterio de la creación.

Es importante destacar que las interpretaciones y las prácticas relacionadas con la Merkaba varían en diferentes tradiciones espirituales y místicas. La Meditación Merkaba es una forma específica de trabajo con esta estructura geométrica y puede variar según el enfoque de diferentes maestros y escuelas espirituales. Cada interpretación se basa en la creencia en la importancia de la Merkaba como un símbolo sagrado y una herramienta espiritual para la purificación y la conexión con lo divino.

El uso de los 72 nombres de Dios (Todos nombres, s.f.) ofrece una ventana hacia la profundidad y magnificencia de lo divino. Cada nombre representa un matiz único y poderoso que aporta una conexión directa con los aspectos más sagrados del universo.

Estos nombres, construidos a partir de combinaciones específicas de letras hebreas, encapsulan los atributos esenciales de la divinidad. Al invocarlos, nos sumergimos en un océano de energía pura, accediendo a cualidades divinas que yacen en lo más profundo de nuestra existencia.

La trascendencia que ofrecen estos nombres no otorga a quienes los usan un estatus divino, sino que actúan como herramientas para el crecimiento personal y la búsqueda de la espiritualidad. Más allá de simples etiquetas, se convierten en guías espirituales, mapas que dirigen nuestros pasos hacia una comprensión más profunda de la vida y el universo.

Al incorporar uno de estos nombres en la identidad de una persona, se entrelaza su esencia con la luz divina que emana de esa designación. Esta conexión espiritual no solo moldea su personalidad, sino que también actúa como un faro que ilumina su destino y fortalece su conexión con el cosmos.

Algunos padres optan por otorgar a sus hijos estos nombres como una bendición desde su nacimiento, proporcionándoles una conexión especial con lo divino. Otros, en su búsqueda de la espiritualidad, adoptan estos nombres como una segunda identidad o como un medio para enfocar su meditación y prácticas espirituales, reconociendo en ellos una llave para abrir las puertas de la conciencia.

En su conjunto, estos nombres divinos ofrecen un tapiz de significados sagrados y recordatorios constantes de la presencia del poder divino en nuestras vidas. Con su estudio, exploramos nuevos senderos hacia un crecimiento espiritual más profundo, nos sumergimos en la conexión con lo trascendente y hallamos un mayor sentido de propósito y comprensión en nuestras vidas.

En resumen, los 72 nombres de D-os trascienden las palabras para convertirse en puentes hacia la espiritualidad, guiándonos a descubrir nuevas dimensiones de nuestro ser, donde la presencia divina es una compañía constante y la conexión con lo sagrado es una realidad palpable.

¿Qué es el triángulo Celestial?

El Triángulo Celestial en la Cábala representa una conexión sagrada y profunda entre tres aspectos especiales de la divinidad: **Kéter**, Abba (**Jojmá** o el aspecto paterno) y **Biná** (Imma o el aspecto materno). Estos tres elementos se combinan para formar un nivel del alma llamado Neshamáh en la dimensión espiritual conocida como Briáh.



Kéter es como la semilla de todas las cosas, la voluntad pura de D-os, que se une con la figura paterna, Abba (Jojmáh), que representa la sabiduría eterna. A su vez, se une con Biná (Imma), la figura materna que simboliza la comprensión profunda. Juntos, estos tres aspectos forman el Arik Jampin o Gran Rostro, que es una manifestación divina en el mundo de Atziluth, el nivel más cercano a la Divinidad.

La idea es que, durante el TzimTzum, el momento de la restricción de la luz divina para permitir la creación del universo, estos aspectos no se vieron afectados y mantuvieron su conexión directa con la divinidad. En los seres humanos, se cree que el espíritu se forma a partir de esta luz del Or Ein Sof (la luz del Infinito) y se almacena en el alma.

Emocionalmente, esta noción evoca una conexión profunda con el origen de todas las cosas, como si estuviéramos atados a la esencia misma de la creación. Es una representación de la manifestación de la divinidad en un nivel cercano a D-os, manteniendo una pureza y una conexión directa que no se vieron afectadas por los cambios. Es como estar conectados con lo más sagrado y puro en lo más profundo de nuestro ser, como si estuviéramos hechos de una luz divina que nos conecta con la esencia del universo (Cábala קבלה , 2020).

¿De dónde emana el Or Ein Sof?

Una vez, en un lugar más allá del tiempo y el espacio, un esplendoroso reino de luz y amor eterno, en el corazón mismo de la existencia, residía algo tan puro y divino que ningún ojo humano podría contemplar directamente. Este algo era conocido como el Or Ein Sof.

El Or Ein Sof, la "Luz del Infinito", fluía desde el núcleo de todo lo que existe, como el manantial de vida que nutre y da vida a cada aspecto del universo. Se decía que esta luz no tenía principio ni fin, era eterna, ilimitada y su brillo abrazaba todo en el universo.

Esta luz mágica y poderosa emanaba del corazón de la Divinidad, como un regalo de amor inmenso para todas las creaciones. Cada estrella en el cielo, cada árbol en el bosque, cada risa y cada lágrima, todo se nutre de esta luz divina.

Los sabios y eruditos en las enseñanzas de la Cábala, creen que cada ser humano lleva consigo una chispa de esta luz divina. Esta chispa, como un pequeño rayo de sol, brilla en lo más profundo del corazón de cada persona, conectándolos con la esencia misma de la creación.

El Or Ein Sof, con su infinita sabiduría y amor, es el origen de toda vida y la esencia misma que sostiene los mundos. Era como el cuento que se cuenta una y otra vez, el susurro que lleva consigo todos los secretos y misterios del universo, y aun así, es tan misterioso como el propio universo.



Desde entonces cada alma, en su búsqueda de significado y conexión, anhelaba reunirse con esa luz eterna, para recordar su verdadero hogar en lo divino y ser parte de la maravilla del Or Ein Sof, la luz infinita que brilla en el corazón del cosmos, y aun muchos la siguen buscando.

¿Según la cábala como inicio todo?

En un principio, cuando todo era solo el vacío absoluto, existía el Ain, la Nada. Pero, de repente, surgió algo, algo tan grande y expansivo que llenó todo el espacio conocido. Este algo era el Ain Soph, el espacio infinito y sin límites, un universo de posibilidades y luz.

El siguiente paso fue asombroso, la llegada del Ain Soph Aur, la luz infinita que iluminó todo el espacio sin fin. Esta luz, irradiando vida y potencial, primero llenó el espacio ilimitado del Ain Soph y luego, algo inesperado ocurrió: se contrajo.

Imagina este momento como una gran inhalación en la historia del universo. La luz, como una respiración cósmica, se replegó, creando un espacio para algo nuevo, para el nacimiento de la vida en la esencia misma de la luz. Este proceso, en la Cábala, es conocido como el Tzimtzum.

Este evento se asemeja, en cierto sentido, al concepto del Big Bang en la cosmología. Fue el momento de expansión explosiva del universo, el Tzimtzum marca un momento en el que la luz divina se contrae, permitiendo la creación y el nacimiento de la vida en su esencia, lo cual es muy similar a la teoría científica sobre el origen y la evolución del universo.

Esta luz ilimitada se manifiesta como un destello supremo en el alto del Árbol de la Vida, en **Kéter**, la primera corona. Desde **Kéter**, la luz desciende a través de las diez Sefiroth, representando emanaciones que llevan la esencia divina, disminuyendo en pureza a medida que desciende, adaptándose para ser aprehendida por nuestro mundo material representado por **Maljut**, la sefira más baja.

El camino de evolución material y el camino de la involución hacia la luz se cruzan en este árbol. La luz desciende para ser comprendida y seguida, mientras que aquellos que buscan comprensión y vuelta hacia la luz siguen el camino inverso, escalando el Árbol de la Vida. Cada sefira representa una etapa de aprendizaje, un escalón en el camino hacia la iluminación representada por Kéter, la culminación de la evolución espiritual, donde la chispa divina se encuentra nuevamente con su origen en la luz infinita (Adivinario, 2023).

¿Te explico el arquetipo del árbol de la vida?

Hace mucho tiempo (1573), en una ciudad antigua en la Palestina otomana, un misterio esperaba ser desvelado. En las calles polvorientas de Safed, un grupo de discípulos se

reunía para sumergirse en las enseñanzas de su maestro, el enigmático rabino cabalista conocido como el Arizal (1534-1572). Su sabiduría y comprensión de la Cábala eran legendarias, y su influencia trascendía lo mundano.

Dentro de esta comunidad de buscadores de la verdad espiritual se encontraba un estudiante dedicado, el Rabino Jaim Vital. Incansablemente, tomaba nota de cada palabra pronunciada por su maestro, registrando las profundas revelaciones y los misterios que compartía en sus lecciones. Las enseñanzas del Arizal eran una ventana al orden divino y a la existencia misma. El conocimiento que fluía de su mente y su corazón era tan profundo y revelador que los discípulos sabían que estaban ante algo único.

Un día, después de años de estudio y recopilación, el Rabino Jaim Vital se sintió llamado a hacer algo extraordinario. Quería compartir el tesoro de sabiduría que había acumulado con el mundo, llevar la luz de la Cábala luriánica más allá de los muros de Safed. Decidió compilar las enseñanzas de su maestro en un libro, una obra que sería conocida como "Etz Jaim", o "El Árbol de la Vida".

El "Etz Jaim" se convirtió en una obra literaria monumental, un resumen de las profundas revelaciones del Arizal. A través de sus páginas, reveló el misterio de la creación, describiendo cómo antes del comienzo de todo, solo existía la luz más alta y completa. Las palabras del Arizal arrojaron luz sobre el proceso de creación y la percepción de la realidad del hombre moderno, ofreciendo un nivel de comprensión que trascendía los límites de la mente humana.

Este libro marcó el comienzo de la Cábala luriánica, una nueva tendencia en el estudio de la Cábala que se centraba en la comprensión de la realidad y el método para descifrarla. El "Etz Jaim" se convirtió en una joya en el mundo de la espiritualidad, y el Rabino Jaim Vital, el guardián de su legado. Con su trabajo, iluminó los senderos del conocimiento místico y abrió las puertas a la comprensión de un orden divino que trasciende el tiempo y el espacio.

El "Etz Jaim" se convirtió en un faro de sabiduría, y su historia un recordatorio de la inquebrantable búsqueda de la verdad y la luz que vive en el corazón humano. En las páginas de este libro, la eternidad y el misterio se entrelazan, invitando a todos los que buscan la verdad a embarcarse en un viaje hacia la comprensión más profunda de la existencia (Etz Jaim (Libro), 2020).

"La raíz de la palabra vida ("jaim" חיים) es "ח-י-י", contrario a la muerte. En diferentes interpretaciones de la Biblia, la Tora es llamada "el Árbol de la Vida" según un capítulo del libro de Proverbios:... "Es árbol de vida para los que de ella echan mano, y bienaventurados son los que la retienen" (Proverbios 3:18). La frase "Árbol de la Vida" aparece en diferentes lugares del libro de Proverbio (3:18; 11:30; 13:12; 15:4) como metáfora de algo que salva y revitaliza el alma." (Lizorkin-Eyzenberg, s.f.)



La Cábala nos cuenta que en los rincones más sagrados del cosmos, una luz divina que fluía desde el corazón mismo de D-os. Esta luz era como un manto brillante que se tejía en los hilos del universo, conectando cada rincón, desde las estrellas más lejanas hasta el palpitar del alma de cada ser viviente.

Esta luz no solo existía en el vasto espacio estelar, sino que también se reflejaba en el alma de los seres vivos. Se manifestaba como un árbol majestuoso, con ramas que se extendían desde lo más alto de los cielos hasta lo más profundo de la tierra. Este árbol, conocido como el Árbol de la Vida, no es simplemente un símbolo, ¡es un arquetipo viviente!

Cada una de sus ramas, llamadas Sefiroth, son como prismas divinos que capturan y reflejan la luz celestial. Desde Kéter, la cima del árbol donde residía la luz primordial e ilimitada, hasta Maljut, el nivel más bajo que abrazaba la materia terrenal, este árbol era un puente entre el mundo espiritual y el mundo material.

A medida que la luz divina descendía por este árbol (tejido del universo), se transformaba, adaptándose para ser sujetada por cada parte del universo. Esta luz, de una pureza incalculable en lo alto del árbol, se despliega y degrada, como si fuera un río que serpentea a través de cada sefira, llevando consigo la esencia divina y la sabiduría cósmica a cada rincón del cosmos.

Y en su devenir, esta luz divina no solo viaja a través del universo, sino que también habita en cada ser viviente. Es como el latido del corazón del mundo, resonando en el alma de cada ser, invitándolos a comprender, a explorar y a emprender un viaje de retorno a la luz primordial.

Este símbolo del Árbol de la Vida es un recordatorio de la conexión entre el cosmos y el ser humano, un símbolo que representa el viaje eterno de la luz divina a través de los reinos celestiales, inspirando a cada alma a buscar su verdad y su conexión con lo divino.

¿Por qué arquetipo?

Sí, el Árbol de la Vida en la Cábala puede considerarse un arquetipo. En términos psicológicos y simbólicos, un arquetipo se refiere a un patrón o símbolo universal presente en el inconsciente colectivo. En la Cábala, el Árbol de la Vida es una representación simbólica y estructural que ilustra la naturaleza divina, los procesos creativos, la evolución espiritual y la conexión entre lo divino y lo humano.

Se interpreta como un modelo que refleja tanto la estructura del universo como la estructura del ser humano. Cada sefira (esfera o emanación) y la conexión entre ellas representan aspectos de la creación, la divinidad y la conexión entre el mundo espiritual con lo psicológico, emocional y lo terrenal.

Así, el Árbol de la Vida se convierte en un patrón simbólico que refleja las dinámicas universales, las etapas de la creación, el flujo de la energía divina y la evolución espiritual. En este sentido, se puede considerar un arquetipo, ya que simboliza aspectos fundamentales presentes en la mente humana y en la naturaleza del cosmos.

Luz Divina

En la Cábala, Ayin, Ein Sof y Ohr Ein Sof son conceptos importantes que se relacionan con la naturaleza infinita y trascendental de la divinidad. Aquí hay una breve descripción de cada uno:

1. **Ayin:** En hebreo, significa "ojo". En el contexto de la Cábala, "Ayin" se refiere a la nada, la ausencia o el vacío. Es el opuesto de la existencia y representa la negación o la ausencia de manifestación.
2. **Ein Sof:** En hebreo significa "Sin fin" o "Infinito". Se utiliza para describir la naturaleza ilimitada y eterna de D-os, que está más allá de cualquier límite o definición. "Ein Sof" representa la realidad divina que existe antes de cualquier creación o manifestación.
3. **Ohr Ein Sof:** Se traduce como la "Luz del Infinito". Refiere a la emanación o radiación de la esencia divina que fluye desde el Ein Sof hacia la creación. Esta luz es considerada como la fuente de todas las manifestaciones y la chispa divina que anima todo lo creado.

Estos términos son parte de la cosmología cabalística y se utilizan para expresar conceptos metafísicos relacionados con la naturaleza de D-os y la creación. "Ayin" representa la nada o la ausencia, "Ein Sof" denota la naturaleza infinita de D-os, y "Ohr Ein Sof" se refiere a la luz emanada desde esta infinitud divina hacia el mundo manifestado. Estos conceptos son esenciales para comprender la manera en que la divinidad se relaciona con la creación según la perspectiva cabalística.



¿El Or Ein Sof es una partícula?

En los confines más profundos de la existencia, en el abrazo del cosmos, se encuentra la esencia divina, la fuente de toda creación. La Cábala, una antigua sabiduría espiritual, habla de este ser supremo como un ente etéreo, perfecto y eterno. Este D-os Creador reside en un plano más allá de lo corpóreo, inmutable e incorpóreo, cuya obra es el origen de todo lo que existe.

Este ser supremo, esta fuente de todo, es inexpresable, indefinible y se manifiesta en conceptos esotéricos, tales como Ain (la Existencia Negativa), Ain Soph (la Expansión Ilimitada) y Ain Soph Aur (la Luz Ilimitada). Estos conceptos nos hablan de la naturaleza incomprensible de D-os, una existencia que va más allá de nuestra comprensión y que es indescriptible en su esencia.

En la Cábala, se considera que la existencia es como algo proyectado, fuera de sí, una obra constante que se manifiesta continuamente. Se habla de esta existencia como un reflejo,

un objeto que se proyecta adelante y fuera de sí, un constante fluir que se mantiene apartado de la perfección eterna y atemporal del Creador.

Cuando Moisés, en un relato bíblico, se encuentra con la divinidad y le pregunta: "¿Quién eres?", D-os responde con el enigmático "Eheieh" (Yo soy el que es). Esta respuesta nos lleva a comprender que D-os es indefinible, no puede ser limitado ni encasillado en términos humanos. Es una existencia que se escapa a nuestra comprensión, porque definirlo significaría limitarlo, algo que va en contra de su naturaleza infinita.

La luz divina, el núcleo de esta existencia inconmensurable, es considerada como algo que no se puede reducir a una mera partícula, como un fotón. La luz divina, en su pureza ilimitada, no se encierra en las leyes de la física o de la ciencia, es más bien el reflejo de una perfección que escapa a la comprensión humana. Esta divinidad, inmensurable y sublime, se mantiene oculta en su esencia, como un enigma que nos invita a explorar lo más profundo de nuestra existencia y a buscar su luz, siempre en constante evolución (Adivinario, 2023).

¿En el tzim tzum como podemos entender que es el espacio y tiempo?

En el reino del tiempo y el espacio, donde las estrellas danzan en el cielo y los mundos giran en armonía, existe un lugar donde la existencia misma se entreteje con lo etéreo. En ese reino, la Cábala nos sumerge en una historia que desafía la lógica y las limitaciones del universo conocido.

En este relato, el tiempo y el espacio emergen de una Nada primordial, un vacío donde no existen ni tiempo, ni espacio, ni movimiento. La voluntad divina, un impulso en el corazón del ser supremo, dio origen al movimiento, a la creación de mundos, a la materialización del tiempo y el espacio.

El D-os Creador, un ser eterno e incorpóreo, manifestó su deseo de crear y así, el universo nació. Todo lo que existe es fruto de su voluntad y se mantiene fuera de Él. La existencia misma se proyecta constantemente hacia adelante, en un fluir interminable que se aleja de la perfección divina.

Y en este reino de maravillas, donde la existencia se despliega y se extiende, la divinidad se revela. Ain, la Existencia Negativa, Ain Soph, la Expansión Ilimitada, y Ain Soph Aur, la Luz Ilimitada, representan la esencia de un D-os que es imposible de limitar o definir.

El tiempo y el espacio son como los hilos de una historia cósmica. Se entretejen, se extienden y se pliegan, mostrando un universo en constante movimiento. La luz divina, esa esencia pura e ilimitada, es considerada como algo más que una simple partícula, es más bien un reflejo de la perfección y la eternidad divina que escapa a toda comprensión.



Así, en este relato del espacio y el tiempo, se nos invita a explorar un universo que va más allá de lo tangible, a comprender que la divinidad es un enigma que desafía las leyes de la física y la ciencia, y que nos invita a buscar su luz en el infinito, siempre en búsqueda de su sabiduría.

Los mundos de la Kabbalah

Existen cuatro mundos que surgieron en el árbol de la vida, cada uno con su propio significado y propósito.

El primero de estos mundos se llama **"Atzilut"**, el mundo de la emanación. Este mundo corona la cima del árbol de la vida y surgió como un reflejo de nuestras raíces más profundas, aquellas que nos llevan a lugares y personas que nos hacen sentir plenamente felices. Aquí, se forman las bases de los demás mundos por venir.

El segundo mundo era **"Briah"**, el mundo de la creación, un lugar ubicado en el centro del árbol de la vida. En este mundo, la ética y moral encuentra su hogar, así como la capacidad para seguir nuestros impulsos y corazón. Sin embargo, también habita cierto sentimiento de superioridad, dado por una falta de ecuanimidad total.

El tercer mundo se llamaba **"Yetzirath"**, el mundo de la formación, y se manifiesta a través del ánimo y el aplomo. En este reino, nuestros sentimientos y emociones luchan por dar forma a nuestra personalidad, creando un choque entre lo que queremos ser y lo que somos en realidad.

En la base del árbol de la vida, se encuentra el cuarto mundo, **"Assiyah"**, el mundo de la acción. Este mundo representa la supervivencia, nuestras obligaciones, trabajo, sufrimiento y responsabilidades, pero también las alegrías y oportunidades. Este es el lugar donde la vida cotidiana se despliega, con todas sus luchas y logros diarios.

Cuando cada uno de estos mundos surgió en el árbol de la vida para brindar luz y sabiduría sobre nuestra existencia, desde las raíces más profundas hasta la cotidianidad, ofreciendo un camino para comprender nuestro pasado, sembrar nuestro futuro y vivir una vida consciente y plena. Con cada mundo, se revelaban nuevos secretos y se creaba un mapa de nuestra propia esencia, guiándonos a través de los misterios del ser y del universo (Looz, Tu arbol de vida, 2018) (Milena, Milena, 2014).

Pilares de las Sephiroth

La primera columna, llamada Columna de la Misericordia o Compasión, se yergue con fuerza y belleza a la derecha. Representa lo masculino, lo positivo, y está imbuida con la energía de la vida misma. Esta columna, de un blanco resplandeciente, es el guardián de los Sefiroth de Jojmá, Jésed y Netsaj. Aquí, la sabiduría, la bondad y la eternidad se entrelazan para dar forma a la fuerza vital del universo (Las 3 columnas o pilares, 2023).

A la izquierda, se alza la Columna del Rigor. En contraste con su hermana, esta columna representa lo femenino, lo receptivo, y está asociada con aspectos más restrictivos de la existencia. En su profundo color oscuro, guarda los secretos de Biná, Gevurá y Hod, las Sefiroth que actúan como guardianes de la forma y la severidad en el mundo.

Pero en el centro del templo, donde convergen la Misericordia y el Rigor, se levanta la Columna del Equilibrio y la Armonía. Es el lugar donde los principios masculinos y femeninos se unen en perfecta armonía. Aquí, Maljut, Yesod, Tiféret y Kéter se entrelazan para formar un equilibrio perfecto, un punto de conexión con los niveles superiores de consciencia y la iluminación suprema.

Los buscadores de la verdad y la sabiduría se reúnen en este templo, contemplan las tres columnas y reflexionan sobre la dualidad de la existencia. Saben que para comprender plenamente el universo, deben encontrar el equilibrio entre la misericordia y el rigor, y así alcanzar la armonía en sus propias vidas.

Así, este antiguo templo se convierte en un faro de conocimiento y equilibrio, guiando a aquellos que buscan la verdad a través de las columnas que representan las fuerzas fundamentales del universo: la vida, la forma y el equilibrio. Y en sus enseñanzas, encuentran la senda hacia la iluminación y la unidad con el misterio del cosmos.

Estos pilares surgen de la idea de enfrentar pruebas y tentaciones en la fe y las convicciones personales. Los pilares de la fe representan la fortaleza espiritual de una persona ante las adversidades, lo cual puede ser cuestionado o probado en tiempos de tormenta y tentación.

Nos invitan a reflexionar sobre la firmeza de la fe frente a la contradicción y la tentación. Describen un choque entre el bien y el mal, y la importancia de mantener la pureza y la rectitud moral frente a las influencias negativas. Alienta a resistir la tentación y a permanecer puro, defendiendo la moralidad con toda la fuerza espiritual.

El mensaje de la canción transmite la idea de que la verdadera fe y convicción en la bondad son pruebas de la verdadera fortaleza espiritual, una fortaleza que puede ser puesta a prueba en tiempos difíciles y de tentación. Promueve la idea de permanecer fiel a uno mismo y a los valores morales, superando la adversidad con la convicción de que el bien siempre prevalecerá.



¿Cuál es nuestra vasija?

El "Triángulo Celestial". Como hemos aprendido, consta de las Sefiroth Kéter, Biná y Jojmá, y juntas representan nuestra conexión más cercana con lo divino. Pero este Triángulo Celestial es el mismo corazón de nuestro espíritu, es el que bombea la luz divina Or Ein Sof.



Mientras encontramos a Jésed, Gevurá, Tiféret, Netsaj, Hod y Yesod. Estas Sefiroth descienden desde el Triángulo Celestial, como los rayos de luz que tocan nuestro mundo terrenal. Ellas no son simples conceptos abstractos, son dimensiones del mundo emocional y psíquico, y juntas, configuran un nivel del alma llamado Ruaj.

En el reino de Yetziráh, que es el mundo de la formación, nace la dimensión emocional de Ruaj. Aquí, nuestras emociones se manifiestan, se mezclan y se convierten en parte de nuestra experiencia humana. Es como un río de sentimientos que fluye a través de nuestra existencia, llevando consigo la esencia de lo divino que se filtra desde el Triángulo Celestial.

Pero esta historia va más allá, porque en el ser humano, Ruaj no es solo una abstracción, sino un reflejo de su alma. El alma, como una vasija preciosa, es la portadora del espíritu, y la luz divina, conocida como Or Ein Sof, se vierte en ella. Así, el alma se convierte en un faro de luz en nuestro ser, iluminando nuestro camino y guiándonos en la comprensión de lo divino.

Nuestro cuerpo no somos más que tejidos formados de células; pero somos seres espirituales conectados a lo trascendental. A medida que exploramos las Sefiroth y sus dimensiones, descubrimos que el Triángulo Celestial es la fuente de nuestro espíritu, y nuestra alma es la vasija que contiene la luz divina. Es uno de los misterios de la espiritualidad, pero encontramos un profundo significado y un recordatorio de nuestra conexión eterna con lo divino.

¿Para qué lleno la vasija del alma?

En lo profundo de los misteriosos relatos de la Cábala, se encuentra una sabiduría fascinante sobre la luz eterna que llena nuestras almas. Aunque el cuerpo es temporal y se desvanece con el tiempo, el alma brilla como una joya atemporal. Cada alma es una vasija que tiene el potencial de llenarse con la luz divina, conocida como Or Ein Sof.

El significado de llenar tu alma de luz en la Cábala se convierte en una vivencia llena de esperanza y emoción. Llenar tu alma con esta luz etérea y divina no solo te guía en esta vida, sino que trasciende más allá de los límites terrenales. Se convierte en un legado de luz que perdura mucho después de que tu cuerpo físico deje este mundo.

Imagina que tu alma, llena de luz, es como una antorcha brillante en la oscuridad. Esta luz interior te guía en los momentos difíciles, te proporciona esperanza y consuelo en tiempos de desafío y te conecta con algo más grande que tú mismo. Además, la luz que acumulas en tu alma no solo es para tu beneficio personal, sino que brilla hacia afuera, iluminando el mundo y trayendo consuelo y sabiduría a quienes te rodean.



Al llenar tu alma de luz en la Cábala, estás contribuyendo a un ciclo continuo de energía espiritual. Esta luz, transmitida de generación en generación, forma parte de un legado infinito que trasciende el tiempo y el espacio. Aunque el cuerpo físico es finito, el brillo etéreo del alma trasciende más allá de las limitaciones del tiempo y la mortalidad, dejando un rastro de luz que perdura en la eternidad.

La sabiduría de la Cábala enseña que el propósito de llenar tu alma de luz es trascender la temporalidad del cuerpo y ser parte de un universo eterno. Al iluminar tu ser con la luz divina, estás tejiendo un hilo etéreo de esperanza y brillo que se extiende más allá de tu existencia física. Esta historia es un recordatorio de la inmortalidad del alma, que continúa brillando, incluso cuando el cuerpo deja este mundo, dejando un legado de luz para guiar a las generaciones venideras.

Cosmovisión de la Kabbalah

La importancia de la Cábala en el mundo al relacionar sus principios y simbolismo con la búsqueda de crecimiento espiritual y la conexión con el universo. Aquí está una explicación detallada de su significado:

- **Metáfora del crecimiento espiritual:** Es una tradición mística y espiritual que busca comprender la relación entre el ser humano y el cosmos. Los Sefiroth, que son las emanaciones divinas en la Cábala, representan aspectos de la divinidad y de la existencia humana. La historia se utiliza como una metáfora para expresar la dualidad de la vida y la búsqueda de la iluminación espiritual, donde cada Sefiroth tiene un significado profundo y simboliza aspectos de la existencia humana y su conexión con lo divino.

- **Transformación y crecimiento personal:** Ante un estado de desánimo y la necesidad de luz para guiar el camino. Este desánimo es una representación de la búsqueda de significado y propósito en la vida. La transformación y el crecimiento personal son aspectos fundamentales de la Cábala, y la lucha y superación de obstáculos representan los desafíos que uno debe superar en su camino hacia la iluminación y la conexión con lo divino.

- **Relación con la naturaleza y el universo:** A menudo enfatiza la relación entre el ser humano, la naturaleza y el cosmos. La historia resalta la importancia de proteger y preservar la naturaleza y sus recursos, ya que se considera esencial para la supervivencia y la espiritualidad. La dualidad de la vida y la búsqueda de la iluminación se reflejan en la relación entre el ser humano y el mundo natural.

- **La importancia de la espiritualidad sobre lo material:** La narrativa destaca que la verdadera riqueza no se encuentra en el dinero ni en lo material, sino en la



preservación del mundo natural y la armonía con uno mismo y el cosmos. Esto resalta un principio fundamental de la Cábala, que valora la espiritualidad y la conexión con lo divino por encima de las posesiones materiales.

En resumen, la relevancia de la Cábala al promover la búsqueda espiritual y la conexión con la naturaleza y el cosmos. Aboga por la importancia de la iluminación espiritual y la preservación del entorno natural como claves para la verdadera riqueza y la armonía en la vida de una persona.

¿Cómo han influido estas creencias espirituales basadas en la geometría en la actualidad? ¿Y qué fue de las matemáticas?

Las geometrías sagradas han influido en varios campos de las matemáticas, la geometría y la física a lo largo de la historia. Aunque estas influencias a menudo se presentan de manera más simbólica que literal, han desempeñado un papel en la inspiración y la exploración de conceptos matemáticos y geométricos. Aquí hay algunas formas en las que las geometrías sagradas han influido en estos campos:

1. **Proporciones áureas y números sagrados:** La proporción áurea (φ, phi) y otros números considerados "sagrados," como el número π (pi) y la raíz cuadrada de 2 (la diagonal de un cuadrado unitario), han sido objetos de estudio en matemáticas y geometría. Estas constantes matemáticas a menudo se relacionan con patrones y formas geométricas en la naturaleza y el arte, lo que ha inspirado investigaciones matemáticas y geométricas.
2. **Geometría platónica:** Las formas geométricas ideales de Platón, conocidas como los sólidos platónicos (tetraedro, hexaedro, octaedro, dodecaedro y icosaedro), han sido estudiadas en matemáticas y geometría. Estas formas están relacionadas con las ideas de la perfección y se han utilizado en la exploración de la simetría y la teoría de grupos en matemáticas.
3. **Geometría fractal:** La geometría fractal, que se centra en la repetición infinita de patrones geométricos, tiene conexiones con la naturaleza y puede relacionarse con conceptos espirituales y filosóficos de la repetición y la unidad en lo diverso.
4. **Geometría y arte:** Muchas obras de arte, especialmente en la arquitectura y el diseño, han sido influenciadas por geometrías sagradas y patrones simbólicos. La geometría sagrada ha contribuido a la creación de diseños y estructuras inspiradoras.
5. **Física y simetría:** Los conceptos de simetría y armonía en la naturaleza, a menudo relacionados con geometrías sagradas, han sido un tema importante en la física teórica y la cosmología. La simetría desempeña un papel fundamental en la formulación de leyes físicas y teorías científicas.
6. **Teoría de cuerdas:** En la física teórica, la teoría de cuerdas es un enfoque que busca una teoría unificada que combine todas las fuerzas fundamentales de la naturaleza. Este enfoque ha llevado a una mayor exploración de las dimensiones y simetrías, lo que en algunos casos se ha relacionado con conceptos de geometría y proporciones enigmáticas.

En resumen, las geometrías sagradas han inspirado la exploración matemática y geométrica a lo largo de la historia. Aunque estas influencias a menudo se manifiestan de manera simbólica o filosófica, han contribuido a la comprensión de conceptos matemáticos y geométricos y han desempeñado un papel en la apreciación de la belleza y la armonía en la naturaleza y el arte.



Algunos proyectos innovadores basados en la geometría en la ciencia son por ejemplo, el proyecto Realtime 2D Gravity Simulation, que simula partículas y su interacción con la gravedad. Este proyecto consiste en una simulación de fluidos de partículas basada en GPU y una simulación de gravedad. El trabajo de Brendan Galea originalmente planeaba realizar solo la simulación de fluidos, pero se interesó en los resultados atractivos de la simulación de gravedad.

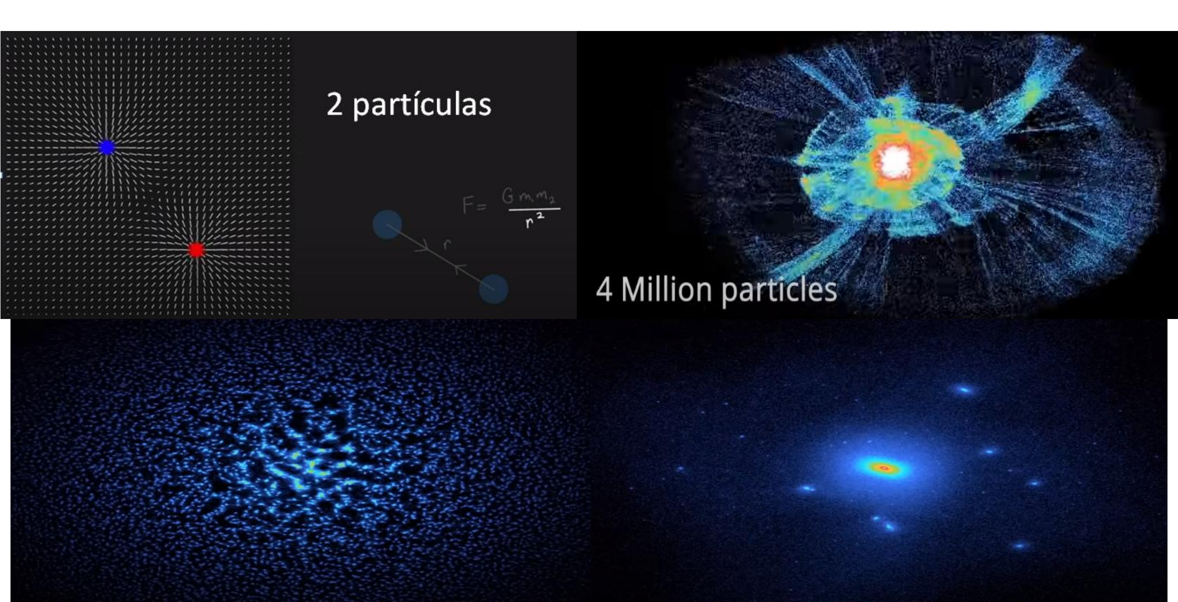
El sistema utiliza un enfoque basado en una cuadrícula para simular la gravedad con un gran número de partículas. Todas las operaciones se realizan exclusivamente en la GPU. Se emplean varios niveles de detalle para obtener aproximaciones bastante precisas para partículas cercanas y aproximaciones más gruesas para las distantes.

Sin embargo, existen problemas conocidos en el proyecto, como un efecto de amortiguación significativo y ocasiones en las que grupos de partículas que se mueven juntas parecen chocar con barreras invisibles. Estos problemas podrían deberse a la forma en que se acumulan siempre los mismos píxeles durante el muestreo.

Brendan no siguió un recurso específico para desarrollar este proyecto y experimentó con métodos propios, como la aplicación de un desenfoque horizontal y vertical a los campos de masa acumulada para "difundir" la información de la masa. Esta técnica requiere más investigación para comprender su eficacia y posibles errores de aproximación.

El proyecto es una simulación de fluidos de partículas y gravedad basada en GPU que se encuentra en desarrollo. A pesar de algunos problemas, ha logrado resultados visualmente atractivos. Está explorando diferentes técnicas y busca mejorar su simulación en el futuro (Galea, 2021).

Muestro algunas capturas ¿Imagina a que se parece?





Inicio de simulación Fin de simulación

Ahora mira esta imagen de la radiación cósmica de fondo se parece como el modelo de Brendan, imagina cuando logremos hacerlo con el número de partículas que existen en nuestro universo que son según los caculos: "**Esto nos da 10^{82} átomos en el universo observable. Para poner eso en contexto, eso es 10, 000, 000, 000, 000, 000, 000, 000, 000, 000, 000, 000, 000, 000, 000, 000, 000, 000, 000, 000, 000, 000, 000, 000, 000, 000, 000, 000, 000 de átomos. "** ("Diez mil cuatrillones de átomos") (Sagnelli, 2021)**.**

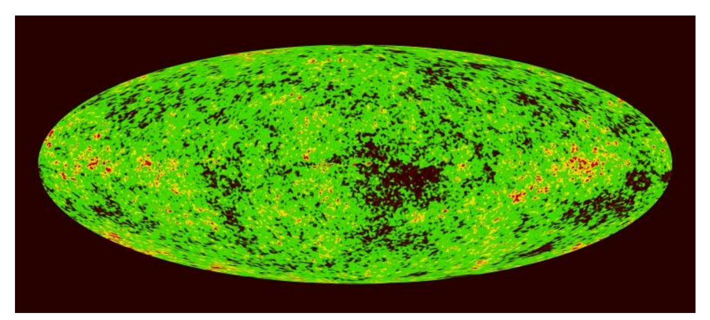


Imagen: (NASA/Goddard/WMAP Science Team, 2003)

La radiación cósmica de fondo, también conocida como fondo cósmico de microondas, es un tipo de radiación electromagnética que llena todo el Universo y que es un eco del Big Bang, el evento que marcó el nacimiento del Universo hace 13.800 millones de años. Esta radiación se formó unos 380.000 años después del Big Bang, cuando el Universo se había enfriado lo suficiente como para permitir que los átomos se formaran y la luz pudiera viajar libremente.

La relación entre el fondo cósmico de microondas y el Big Bang radica en el hecho de que la radiación cósmica de fondo es el registro más antiguo que tenemos del Universo. Al mirar esta radiación, estamos mirando hacia el pasado, aproximadamente 13.800 millones de años. Esta radiación es fundamental en la cosmología porque proporciona información valiosa sobre la evolución y la estructura del Universo desde sus primeros momentos.

La radiación cósmica de fondo se compone de microondas, lo que significa que no es visible a simple vista, pero se puede detectar y mapear utilizando instrumentos científicos sensibles a las microondas. Su estudio ha proporcionado importantes insights sobre la expansión del Universo, la formación de estructuras cósmicas, y la composición del Cosmos.

En resumen, el fondo cósmico de microondas es un valioso registro de la historia temprana del Universo, y su estudio nos ayuda a comprender mejor el Big Bang y los procesos que llevaron a la creación del Universo tal como lo conocemos hoy (Bertran Prieto, medicoplus, s.f.).

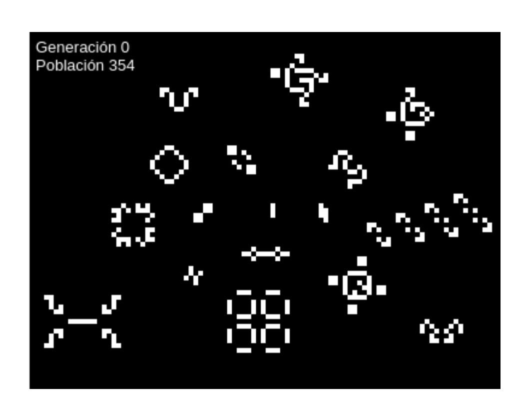


Incluso nos sirve la geometría para representar organismos, El Juego de la Vida es un autómata celular creado por el matemático británico John Horton Conway en 1970. Se trata de un juego sin jugadores, cuya evolución se determina a partir de un estado inicial sin necesidad de intervención adicional. Este juego es considerado un sistema Turing completo, lo que significa que puede simular cualquier otra Máquina de Turing. En palabras simples dibujas puntitos en una pantalla al correr programa interactúan y forma organismos más complejos incluso se podría crear un computadora dentro de este autómata celular.

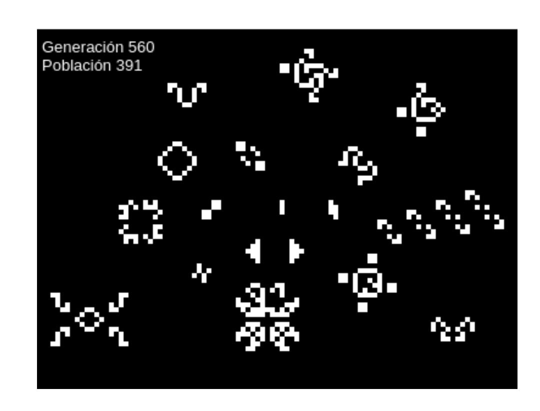
Desde su creación, el Juego de la Vida ha generado un gran interés debido a la amplia variedad de patrones que pueden surgir a medida que evoluciona. Es un ejemplo destacado de emergencia y autoorganización, y atrae a científicos, matemáticos, economistas y otros, ya que demuestra cómo reglas muy simples pueden dar lugar a patrones complejos.

El juego cuenta con varios patrones reconocidos que se originan a partir de ciertas configuraciones iniciales, como el pentaminó R, el planeador (un conjunto de células que se desplazan) y el explosionador (células que simulan la onda expansiva de una explosión). La popularidad del juego se vio impulsada porque fue publicado cuando los miniordenadores económicos estaban entrando en el mercado, lo que permitía jugar durante horas en estas máquinas que, de otro modo, no se utilizaban por la noche.

Para muchos entusiastas, el Juego de la Vida era principalmente un desafío de programación y una forma divertida de utilizar los recursos de la CPU. Sin embargo, para otros, el juego tenía connotaciones filosóficas más profundas.



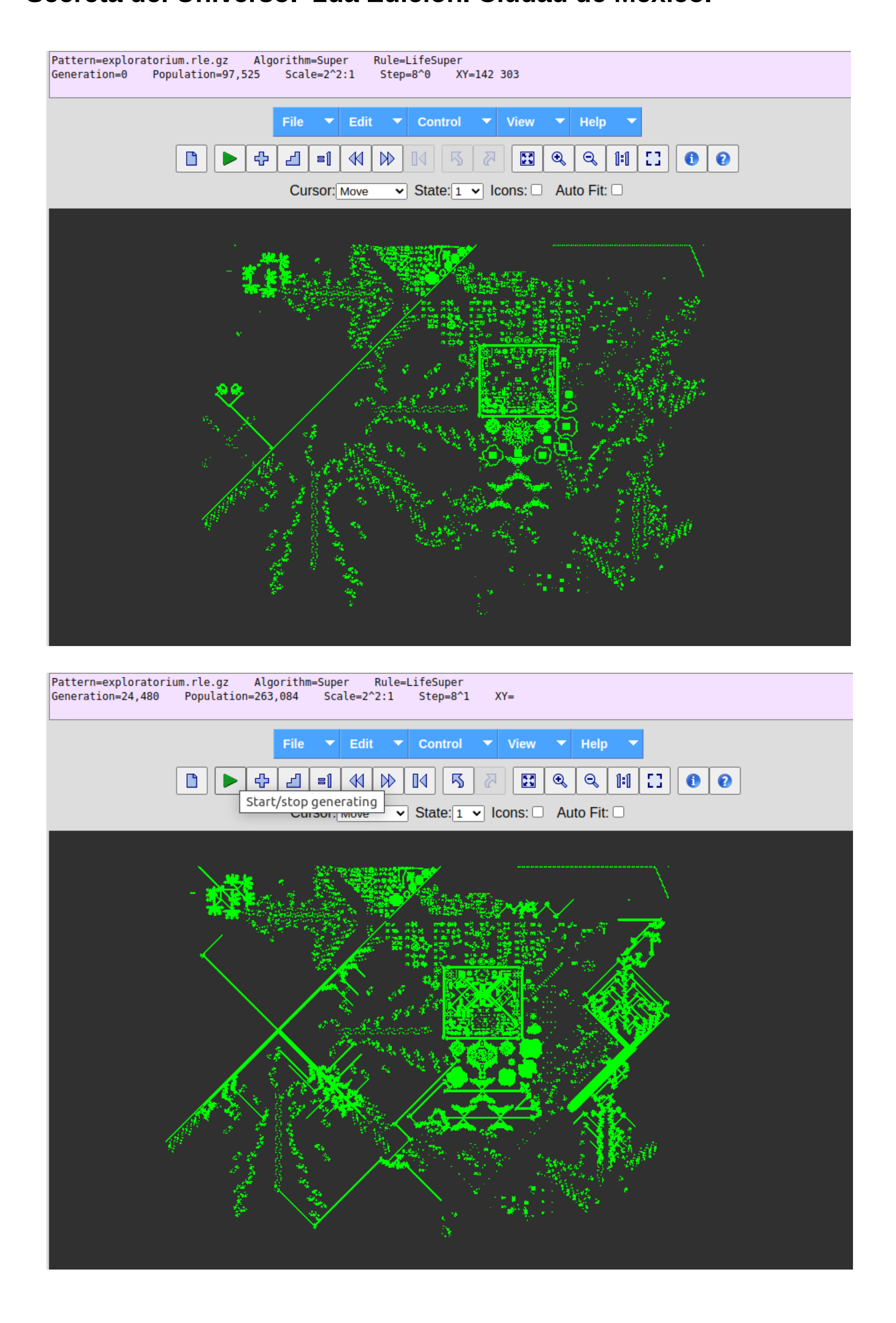
Inicio



560 Generaciones después

Ahora algunos generados con https://golly.sourceforge.io/webapp/golly.html donde puedes crear tus diseños:




Pattern=exploratorium.rle.gz Algorithm=Super Rule=LifeSuper
Generation=0 Population=97,525 Scale=2^2:1 Step=8^0 XY=142 303
File
Edit
Control
View
Help
Cursor: Move
State: 1
Icons:
Auto Fit:
Pattern=exploratorium.rle.gz Algorithm=Super Rule=LifeSuper
Generation=24,480 Population=263,084 Scale=2^2:1 Step=8^1 XY=
File
Edit
Control
View
Help
Start/stop generating
State: 1
Icons:
Auto Fit:

Pattern=exploratorium.rle.gz Algorithm=Super Rule=LifeSuper
Generation=47,152 Population=267,894 Scale=1:1 Step=8^1 XY=1,456 549

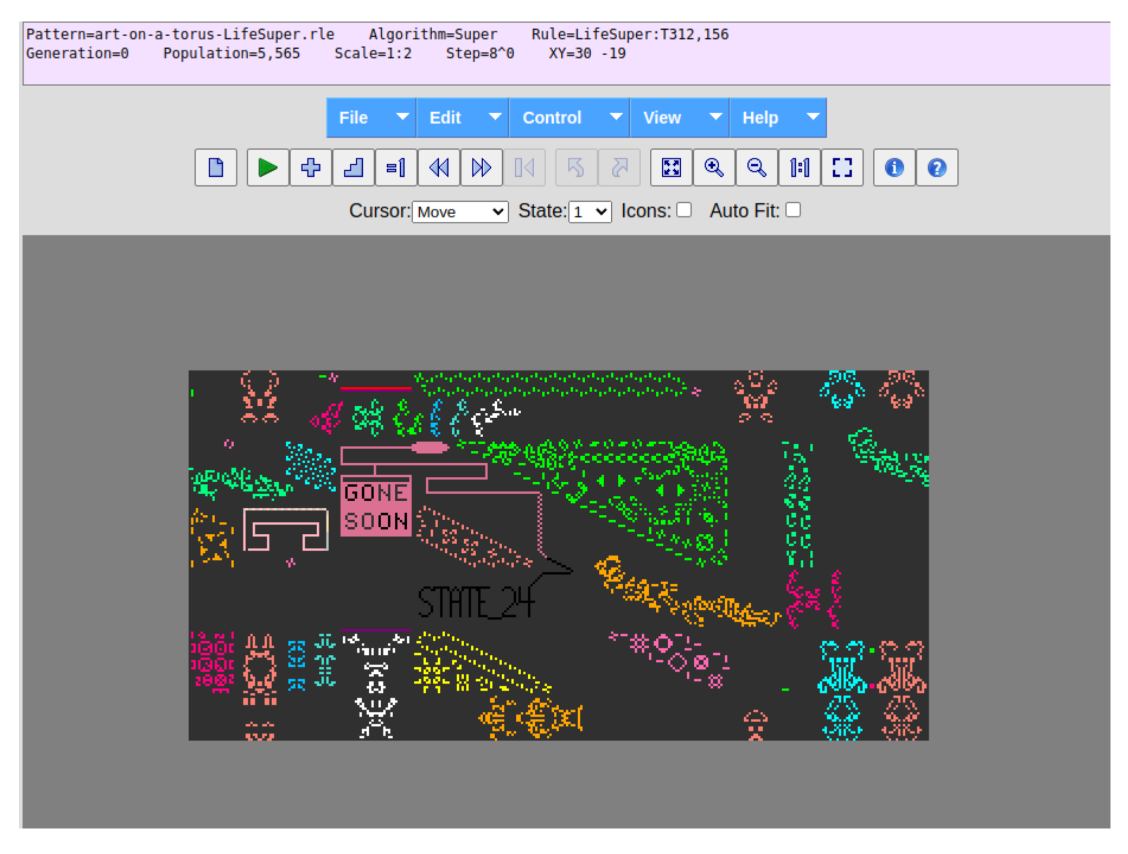
File Edit Control View Help

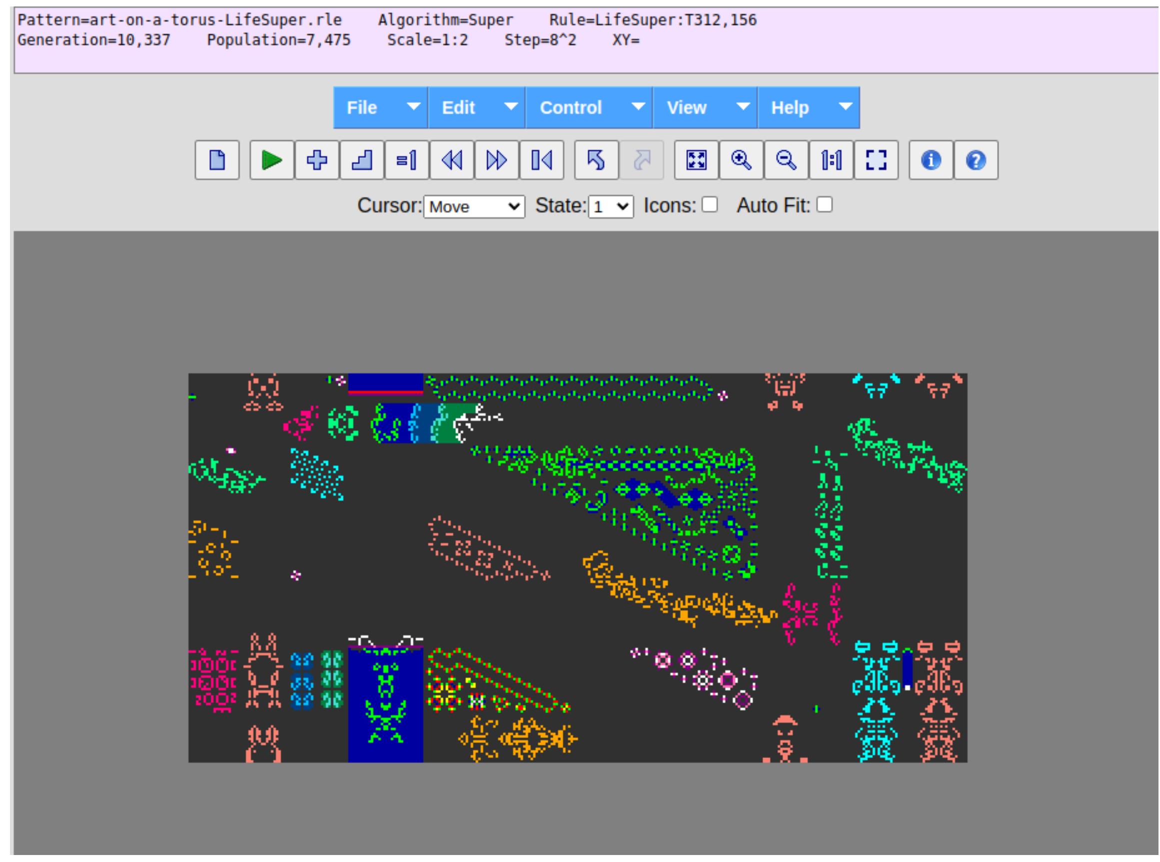
Cursor: Move State: 1 Icons: Auto Fit:

Pattern=exploratorium.rle.gz Algorithm=Super Rule=LifeSuper
Generation=52,960 Population=247,533 Scale=1:1 Step=8^1 XY=1,827 1,343

File Edit Control View Help

Cursor: Move State: 1 Icons: Auto Fit:


Pattern=art-on-a-torus-LifeSuper.rle Algorithm=Super Rule=LifeSuper:T312,156
Generation=0 Population=5,565 Scale=1:2 Step=8^0 XY=30 -19
File
Edit
Control
View
Help
Cursor: Move
State: 1
Icons:
Auto Fit:
GONE
SOON
STATE 24

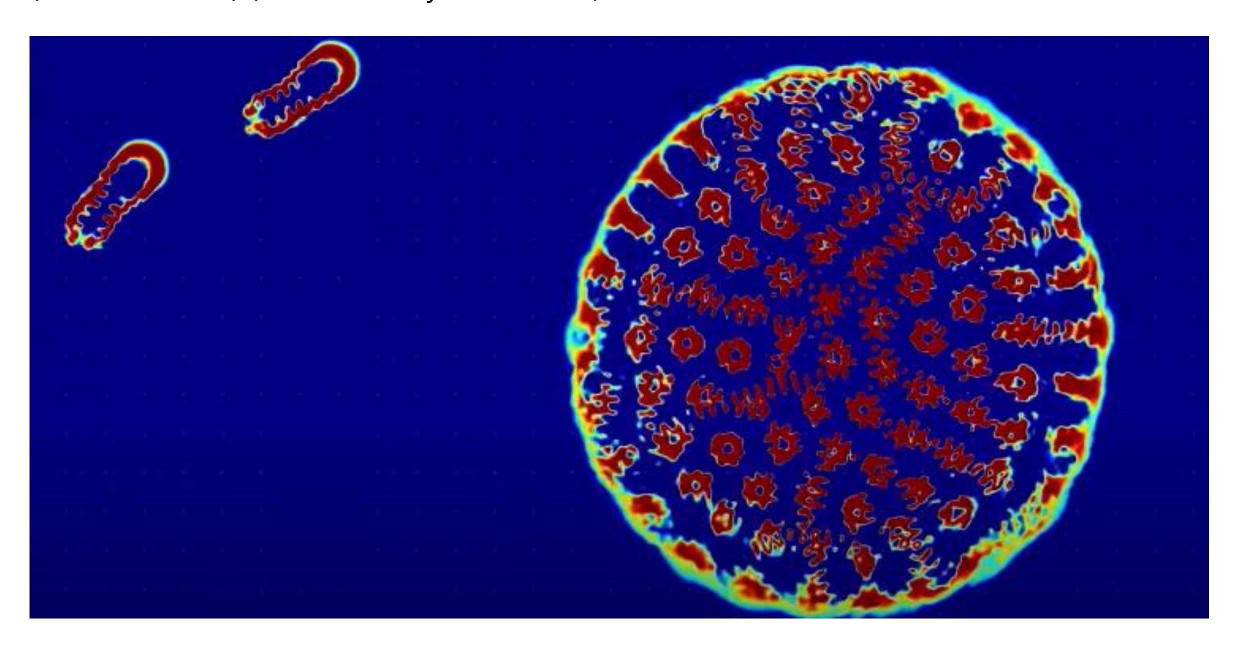

Pattern=art-on-a-torus-LifeSuper.rle Algorithm=Super Rule=LifeSuper:T312,156
Generation=10,337 Population=7,475 Scale=1:2 Step=8^2 XY=
File
Edit
Control
View
Help
Cursor: Move
State: 1
Icons:
Auto Fit:



En la actualidad existen más modernos como https://znah.net/lenia/ donde es un autómata como el de Conway aplicando inteligencia artificial creando organismos simulados más complejos (Mordvintsev y otros, 2022):



Puedes descargar el código para hacerlo github, Lenia es un autómata celular en 2D que utiliza un espacio, tiempo y estados continuos. Este programa genera una amplia variedad de formas de vida interesantes. Existen varias versiones de Lenia disponibles, que incluyen versiones en Python, Matlab y web (JavaScript) que son en tiempo real e interactivo, y están equipadas con herramientas de estadísticas. También hay versiones de Lenia en Jupyter y R que son no interactivas y se utilizan principalmente con fines de demostración (Chacazul, 2020) (Mordvintsev y otros, 2022).



Captura: (Neat AI, 2021)

La idea de computar o simular un universo completo, incluyendo el nuestro, es una noción fascinante que ha sido objeto de especulación y debate en el campo de la cosmología y la informática cuántica. Aquí presento algunas consideraciones clave:

Complejidad del universo: Nuestro universo es extremadamente vasto y complejo, y contiene una cantidad incalculable de partículas, fuerzas y fenómenos. Simularlo con detalle, incluso en una escala reducida, sería un desafío computacional monumental. La física cuántica y la relatividad general también añaden complejidad, lo que significa que una simulación precisa requeriría una potencia de cálculo inmensa.

Limitaciones tecnológicas: En la actualidad, no tenemos la capacidad de construir una computadora lo suficientemente potente para simular un universo completo a la escala de la realidad. Incluso con avances significativos en la tecnología cuántica, estas simulaciones siguen estando fuera de nuestro alcance.

Principio de incertidumbre: La física cuántica introduce el principio de incertidumbre, que plantea limitaciones fundamentales a la capacidad de simular sistemas cuánticos con

precisión. Esto significa que incluso con una computadora increíblemente poderosa, podría haber límites para cuán precisamente podríamos simular el comportamiento cuántico.

Filosofía y ética: Además de las limitaciones tecnológicas y teóricas, también hay consideraciones filosóficas y éticas en juego. La creación de un universo simulado plantea preguntas profundas sobre nuestra relación con la realidad y sobre la ética de crear universos y seres conscientes dentro de simulaciones.

Aunque la idea de simular un universo completo es intrigante y puede ser un tema de ciencia ficción apasionante, actualmente es una tarea más allá de nuestras capacidades tecnológicas y teóricas. Además, plantea cuestiones filosóficas y éticas importantes. Sin embargo, la simulación de sistemas físicos específicos en ámbitos como la física, la astronomía o la biología es una práctica común y valiosa en la ciencia.

¿Las matemáticas se relacionan directamente al universo o las forzamos?

Es muy controvertido todas las culturas han obtenido resultados y explicaciones distintas con las matemáticas a través del tiempo, en la actualidad han convergido en un lenguaje único que explica las leyes del Universo.

Pero existen científicos como Sir Penrose que no están aún de acuerdo con el enfoque (Peterson, 2022):

Sir Roger Penrose plantea una serie de ideas interesantes que desafían las comprensiones convencionales de la física, específicamente en el ámbito de la mecánica cuántica. Argumenta que la mecánica cuántica tal como se la entiende actualmente es inconsistente, e incluso incompleta según Einstein, Schrödinger y Dirac.

Describe cómo la famosa ecuación de Schrödinger, que rige la evolución de los estados en la mecánica cuántica, no explica por completo lo que sucede al realizar una medición en un sistema. Señala que los físicos suelen utilizar esta ecuación para calcular probabilidades, pero el proceso de medición no sigue la ecuación de Schrödinger, lo que plantea un problema sobre lo que realmente constituye una medición (Ecuación de Schrödinger, 2023).

Penrose menciona dos puntos de vista diferentes. Por un lado, se hace referencia a la visión de Wigner, que sostiene que es el ser consciente quien realiza la medición, mientras que por otro lado, Penrose propone una visión opuesta: un proceso físico objetivo que desvía la evolución de la ecuación de Schrödinger y que, de alguna manera, hace que el estado colapse en uno u otro con ciertas probabilidades, especialmente cuando la gravedad se involucra.

Discute sobre la importancia de la conciencia en la interpretación de la mecánica cuántica. Penrose no apoya la idea de que la conciencia sea necesaria para el colapso de la función

de onda. Además, niega que la presencia de un observador en el universo sea fundamental para la existencia del mismo. Enfatiza que el mundo existiría independientemente de la presencia de seres conscientes.

Lo que quiere decir es que imagina que tienes una caja llena de objetos, pero cuando intentas ver dentro, no puedes estar seguro de lo que hay. Es como si la regla que nos dice cómo se comportan estos objetos en la caja no siempre funcionara cuando intentamos verlos. Esta regla es como un conjunto de instrucciones que nos ayuda a saber qué hay en la caja, pero a veces no nos da toda la información que necesitamos.

Algunas personas piensan que es necesario mirar dentro de la caja para saber qué hay y que eso cambia lo que está adentro. Pero Sir Roger Penrose piensa algo diferente. Él cree que hay algo más que sucede en la caja que hace que los objetos se comporten de una manera particular, incluso si nadie los está mirando. Piensa que hay reglas diferentes, quizás algo relacionado con la gravedad, que hace que los objetos se comporten como lo hacen.

Algunas personas piensan que es muy importante que alguien los esté mirando para saber qué hay en la caja, pero Sir Roger Penrose piensa que los objetos se comportan de cierta manera sin que nadie los esté mirando. También dice que no es necesario que haya alguien mirando todo el tiempo para que el mundo exista. El mundo estaría ahí, con los objetos y todo, incluso si no hay nadie mirándolo.

El concepto que se menciona con los objetos en una caja se asemeja a un enigma dentro de la física cuántica. Sir Roger Penrose sugiere que las reglas matemáticas que intentamos aplicar a los objetos en la caja no siempre funcionan de manera predecible cuando tratamos de observarlos. Esto plantea la pregunta: ¿las matemáticas son una representación precisa del universo tal como es, o las adaptamos para que coincidan con lo que vemos?

Algunas personas piensan que nuestras observaciones cambian lo que está en la caja, que el acto de mirar puede influir en lo que vemos. Sin embargo, Penrose tiene una opinión diferente. Él sugiere que hay reglas subyacentes que determinan el comportamiento de los objetos, reglas que no necesariamente cambian solo porque los observamos.

Por lo tanto, la cuestión central es si las matemáticas son un reflejo exacto del universo o si las utilizamos y adaptamos para ajustarlas a lo que observamos. En esencia, ¿las reglas matemáticas existen inherentemente en el mundo, o las aplicamos para comprenderlo? Esta es una pregunta compleja que aborda la relación entre las matemáticas y la realidad, un tema que continúa siendo objeto de debate y exploración en la física y la filosofía.

Un caso muy conocido de como la humanidad relaciona las matemáticas y su comprensión del mundo.

La interpretación del número 666 (Wild, ¿Por qué el 666 es el número del demonio? - Matemático lo cuenta y sorprende mucho a Jordi Wild, 2022) y su relación con el concepto de la "bestia" en la Biblia. Según Profesor Eduardo Sáenz de Cabezón, el número 666, originalmente relacionado con el emperador Nerón, se consideraba un símbolo de oposición a la fe cristiana. Esto proviene de interpretaciones numéricas y simbólicas de palabras y letras a través de la cábala, un enfoque que asigna valores numéricos a las letras hebreas. El orador sugiere que el número de la bestia, como se menciona en el Apocalipsis, se relaciona con Nerón como un enemigo de la fe cristiana, aunque la discusión histórica también ha propuesto el número 616 como una posible alternativa al 666.

Se hace hincapié en que el número 6 es considerado "perfecto" en la teoría de los números, ya que es igual a la suma de sus divisores (1, 2, 3, 6), excluyendo al número en sí mismo en esa suma, es decir se forma por 3 números perfectos. Sáenz menciona que actualmente se conocen 52 números perfectos.

La historia de los números perfectos es un aspecto interesante y antiguo de las matemáticas, vinculado a la teoría de los números. Estos números son especiales debido a sus propiedades matemáticas. El concepto de números perfectos se mencionó por primera vez en "Los Elementos", una obra influyente escrita por Euclides, aproximadamente en el año 300 a.C. Este texto es considerado un tratado fundamental en matemáticas y contiene una amplia variedad de teoremas y conceptos matemáticos. Euclides fue el primero en describir y abordar los números perfectos, lo que los convierte en un tema de gran relevancia y estudio en la historia de las matemáticas (Ventura, 2020).

666 tiene algo especial (^DiAmOnD^, 2008) (Pickover, 2007): es el resultado de operaciones matemáticas únicas. Puedes obtener 666 usando la potencia sexta de los tres primeros enteros positivos (1, 2, 3), como $1^6 - 2^6 + 3^6$.
También es posible conseguir 666 sumando sus dígitos y sumando el cubo de cada uno de estos dígitos, como $6 + 6 + 6 + 6^3 + 6^3 + 6^3$.
Por último, 666 se puede encontrar al sumar los cuadrados de los primeros siete números primos: $2^2 + 3^2 + 5^2 + 7^2 + 11^2 + 13^2 + 17^2$.
Este número es especial porque son muy pocos los números que pueden lograr esta propiedad con diferentes operaciones matemáticas.

La relación entre las matemáticas y la comprensión del mundo por parte de la humanidad tiene fundamentos psicológicos por varias razones:

1. **Patrones y Orden:** Las matemáticas permiten identificar patrones y establecer un orden en el caos aparente. Los humanos buscan patrones en su entorno para comprenderlo y adaptarse mejor.



2. **Resolución de Problemas:** Las matemáticas se usan para resolver problemas. La mente humana tiende a buscar soluciones y resolver desafíos, y las matemáticas proporcionan un marco lógico para este propósito.
3. **Predictibilidad y Control:** Las matemáticas brindan la capacidad de prever resultados y tener cierto control sobre situaciones. El ser humano tiende a buscar control y predecibilidad en su entorno para sentirse más seguro.
4. **Universalidad y Objetividad:** Las matemáticas se consideran universales y objetivas. Esto proporciona un lenguaje común y una base para entender fenómenos independientemente de la cultura o el idioma, lo cual es reconfortante para la mente humana.
5. **Satisfacción Intelectual:** Resolver problemas matemáticos y descubrir patrones proporciona una sensación de logro y satisfacción intelectual. Esto promueve el interés y la exploración continua de las matemáticas.

En resumen, las matemáticas ofrecen a la mente humana un marco lógico, estructura, y la posibilidad de comprender y manipular el mundo que nos rodea, lo que se alinea con la necesidad humana de comprensión, control y satisfacción intelectual.

El Universo y sus inicios

Michio Kaku es un autor que me gusta, porque al explorar la elegante simplicidad de las leyes fundamentales del universo, plantea la idea de que esta simplicidad podría sugerir la existencia de un "diseñador cósmico", que algunos interpretarían como D-os. Esta noción de un "diseñador cósmico" está relacionada con la idea de un orden superior o una fuerza universal que impulsa el funcionamiento del universo. Esta fuerza podría asociarse con el concepto de "amor divino" en el sentido de que es una fuerza que conecta todo en el universo y opera más allá de consideraciones egoístas.

Desde una perspectiva científica: Michio Kaku (2021) en su visión general sobre la naturaleza del universo, la simplicidad y belleza de sus leyes fundamentales, y cómo la ciencia, en particular la física, busca comprenderlo. Menciona la sorprendente simplicidad de las leyes físicas y cómo estas pueden resumirse en teorías matemáticas.

Kaku expresa su fascinación por la idea de que el universo parece estar diseñado de manera elegante y argumenta que esta simplicidad podría sugerir la existencia de un "diseñador cósmico", que algunos interpretarían como D-os.

Sin embargo, Kaku también aborda la limitación de la ciencia al tratar cuestiones que no son verificables, como la existencia de D-os o el propósito del universo. Señala que hay aspectos que están más allá del alcance de la ciencia y se refiere al concepto de agnosticismo “postura que considera que la veracidad de ciertas afirmaciones —especialmente las referidas a la existencia o inexistencia de D-os, además de otras afirmaciones religiosas y metafísicas— es desconocida o inherentemente incognoscible” (Agnosticismo, 2023).



Kaku discute la teoría del todo en física, que busca una única ecuación que describa todo el universo conocido. Argumenta que esta ecuación es única debido a su coherencia matemática, lo que sugiere que no hay muchas teorías igualmente válidas. Esto podría proporcionar una respuesta al "primer motor" de santo Tomás de Aquino, es decir, la pregunta sobre el origen del universo, "concepto metafísico descrito por Aristóteles como la primera causa de todo el movimiento en el universo, y que por lo tanto no es movido por nada. Aristóteles habla en el VIII libro de la Física de un ser inmaterial que es el principio físico del mundo, y en la Metafísica, se refirió a él como a D-os." (Primer motor inmóvil, 2023)

Kaku también menciona la idea de que el universo provino de una fluctuación cuántica en la "nada" y cómo esta idea podría abordar la pregunta de por qué hay algo en lugar de nada. Luego, plantea la posibilidad de que la teoría del multiverso permita combinar visiones religiosas divergentes, como la creación cristiana y el nirvana budista, en una teoría compatible con las leyes físicas conocidas.

Explora cuestiones relacionadas con la simplicidad y belleza del universo, la limitación de la ciencia en cuestiones religiosas y filosóficas, y cómo la teoría del todo y el multiverso pueden influir en nuestra comprensión del universo y su propósito (Kaku, 2021, págs. 134-139).

Sir Roger Penrose nos sumerge en un fascinante viaje por las profundidades del universo, explorando desde la génesis hasta los límites de lo conocido. Penrose, renombrado físico y matemático, nos invita a contemplar la vastedad del cosmos desde una perspectiva única, donde la geometría, la física y las matemáticas convergen en un relato cautivador. Nos introduce en su enfoque geométrico y matemático para comprender el universo. Nos sumerge en la teoría del Big Bang, pero desafía la concepción convencional al sugerir que el universo puede haber tenido una fase anterior a este evento monumental.

Hay ciertos aspectos del universo que no son abordados o quedan fuera del alcance de la discusión. Uno de estos aspectos es la naturaleza de la materia oscura y la energía oscura, dos componentes fundamentales del universo que representan la mayor parte de su contenido, pero cuya naturaleza y origen aún son objeto de intensa investigación y debate en la comunidad científica.

Además, aunque Penrose nos brinda una perspectiva fascinante sobre la posible existencia de universos anteriores al nuestro, no profundiza en las implicaciones filosóficas y cosmológicas de esta idea. ¿Qué significaría la existencia de universos anteriores para nuestra comprensión del tiempo, el espacio y la realidad misma? Estas son preguntas profundas que podrían abrir nuevos caminos en nuestra comprensión del cosmos.

Penrose argumenta que el universo puede haber experimentado una serie de ciclos de expansión y contracción, donde cada Big Bang marca el comienzo de un nuevo ciclo, pero

no necesariamente el inicio de toda la existencia. Este concepto se conoce como "conformidad cíclica".

Además, Penrose discute la posibilidad de que haya señales o evidencia observable de fases anteriores del universo. Sugiere que estas señales podrían manifestarse en el fondo cósmico de microondas, la radiación residual del Big Bang, y podrían ser interpretadas como pruebas de universos anteriores a los nuestros.

Penrose desafía la noción convencional del Big Bang como el principio absoluto del universo y nos invita a considerar la posibilidad de que nuestro universo sea parte de un ciclo eterno de expansión y contracción.

La expansión del universo, un fenómeno fascinante pero difícil de comprender, nos lleva a la noción de infinitud. Nos hace reflexionar sobre los límites de nuestra comprensión, explorando la posibilidad de un universo previo al Big Bang y la existencia de otras civilizaciones en el cosmos (Galindo & Penrose, 2015).

Aquí hay algunas ideas clave que Penrose ha expresado sobre los agujeros negros:

1. **Formación de agujeros negros**: Penrose ha propuesto modelos teóricos para explicar cómo se forman los agujeros negros a partir del colapso gravitacional de estrellas masivas. Su trabajo ha ayudado a establecer la comprensión de que los agujeros negros pueden surgir como resultado de la muerte de estrellas gigantes.
2. **Singularidad en el centro de los agujeros negros**: Penrose ha investigado las singularidades gravitacionales que se cree existen en el centro de los agujeros negros, donde las leyes conocidas de la física parecen romperse. Su concepto de singularidad desnuda sugiere que estas singularidades pueden ser accesibles para observadores externos, lo que desafía algunas ideas convencionales sobre los agujeros negros.
3. **Radiación de Hawking**: Aunque Stephen Hawking fue el principal responsable de la formulación de la teoría de la radiación de Hawking, que postula que los agujeros negros pueden emitir radiación y eventualmente evaporarse, Penrose ha expresado escepticismo sobre algunos aspectos de esta teoría. En particular, ha cuestionado la posibilidad de recuperar información perdida después de que un agujero negro haya evaporado por completo.
4. **Conjetura de la censura cósmica**: Penrose también es conocido por su conjetura de la censura cósmica, que postula que las singularidades gravitacionales están siempre escondidas dentro de horizontes de eventos y, por lo tanto, no son accesibles para observadores externos. Esta conjetura tiene implicaciones importantes para la física de los agujeros negros y la estructura del espacio-tiempo en el contexto de la relatividad general.

En cuanto a los agujeros negros, Penrose ofrece una visión matizada. Si bien reconoce la importancia de las teorías de Stephen Hawking, como la radiación de Hawking, Penrose



expresa escepticismo sobre la pérdida de información en los agujeros negros. Argumenta que esta pérdida de información es fundamental para la consistencia de la teoría y cuestiona las ideas más recientes que sugieren la recuperación parcial de la información perdida.

Nos desafía a repensar nuestra relación con el tiempo, el espacio y la infinitud. Penrose nos insta a considerar nuevas perspectivas y a no temer a lo desconocido. Su enfoque audaz y especulativo nos invita a explorar los límites de nuestra comprensión y a abrirnos a la posibilidad de realidades aún no descubiertas (Galindo & Penrose, 2015).

El origen del universo es uno de los enigmas más fascinantes y desafiantes que enfrenta la humanidad. Durante décadas, la teoría predominante ha sido el Big Bang, un evento cataclísmico que marcó el inicio de todo lo que conocemos. Sin embargo, Sir Roger Penrose, con su mente inquisitiva y su profundo conocimiento de la física teórica, desafía esta narrativa convencional y nos lleva a explorar un panorama cósmico aún más intrigante.

El Big Bang, como lo conocemos, se ha convertido en un pilar de nuestra comprensión del universo. Las pruebas y evidencias respaldan esta teoría, y su aceptación es generalizada en la comunidad científica. Sin embargo, Penrose nos insta a mirar más allá de esta imagen tradicional y considerar otros escenarios posibles.

Una de las principales razones que Penrose presenta para cuestionar el Big Bang convencional es la aplicación de la segunda ley de la termodinámica. Esta ley fundamental de la física nos dice que la entropía, o el desorden, tiende a aumentar con el tiempo en un sistema cerrado. Aplicado al universo en su conjunto, esto plantea interrogantes sobre cómo un evento tan organizado como el Big Bang podría haber ocurrido en un pasado remoto.

Penrose nos ofrece una alternativa intrigante: el concepto de un "aeon". Según esta perspectiva, el universo no comenzó con un único Big Bang, sino que ha experimentado una sucesión de ciclos cósmicos, cada uno marcado por un período de expansión seguido de contracción. Dentro de este marco, el Big Bang se convierte en el inicio de un ciclo cósmico particular, en lugar de ser el origen absoluto de todo.

La idea de un aeon nos lleva a considerar la posibilidad de universos múltiples y ciclos eternos de creación y destrucción. Penrose nos desafía a repensar nuestra comprensión del tiempo y el espacio, sugiriendo que el universo puede ser mucho más complejo de lo que habíamos imaginado.

Sin embargo, esta perspectiva no carece de desafíos. Penrose mismo admite la dificultad de explicar este concepto sin recurrir a imágenes o metáforas complejas. Además, la falta de datos observacionales directos para respaldar esta teoría plantea interrogantes sobre su validez científica.

En última instancia, el enfoque de Penrose nos invita a mantener una mente abierta y a explorar nuevas posibilidades en nuestra búsqueda del conocimiento cósmico. Aunque la teoría del Big Bang ha sido ampliamente aceptada y respaldada por pruebas, es importante recordar que la ciencia es un proceso continuo de descubrimiento y revisión. El universo sigue siendo un misterio intrigante que nos desafía a seguir explorando sus profundidades y expandiendo nuestra comprensión de la realidad cósmica.

Imagina, por un momento, un viaje a través del vasto e infinito océano del tiempo cósmico. En este viaje, te encuentras con un concepto tan majestuoso y fascinante que desafía las mismas fronteras de nuestra comprensión: el Aeon.

Un Aeon no es simplemente un punto en el tiempo, ni siquiera una era cósmica única, sino más bien un espectáculo cósmico completo, una obra maestra de ciclos eternos y universos en constante renacimiento. Es como presenciar el amanecer y el anochecer del universo, una y otra vez, en una danza eterna de creación y destrucción.

Imagina que el universo es como un telar cósmico, tejiendo y entretejiendo hilos de tiempo y espacio en un patrón infinito y complejo. Cada ciclo de un Aeon es como una nueva hebra en este tapiz cósmico, comenzando con un Big Bang explosivo que da origen a toda la materia y energía, y culminando con una contracción cósmica que reúne todas las cosas en un punto infinitesimal.

Pero aquí está la verdadera maravilla del Aeon: no es simplemente un ciclo repetitivo de nacimiento y muerte, sino un viaje de evolución cósmica. Con cada nuevo Aeon, el universo se transforma, se expande, se contrae y se reinventa a sí mismo de formas que desafían nuestra imaginación más audaz. Es como si el universo mismo fuera un ser vivo, respirando y creciendo a lo largo de las edades.

En este viaje a través de los Aeones, presenciamos la aparición de galaxias brillantes y estrellas fugaces, la danza de los planetas y la música de los agujeros negros. Vemos la formación de mundos nuevos y la extinción de viejas civilizaciones, todo dentro del vasto escenario del cosmos en constante cambio.

Pero, ¿cómo podemos entender verdaderamente la magnitud y la grandeza de un Aeon? Es como tratar de abrazar la inmensidad del universo mismo, una tarea que desafía incluso nuestra capacidad más imaginativa. Sin embargo, en nuestra búsqueda incansable de comprensión, nos esforzamos por capturar al menos un destello de la grandeza del Aeon, permitiéndonos contemplar la maravilla y el misterio del universo en toda su gloria infinita.

En última instancia, el Aeon nos recuerda que somos testigos de algo mucho más grande que nosotros mismos, algo que trasciende nuestras vidas individuales y abarca la totalidad del tiempo y el espacio. Es un recordatorio humilde de nuestra conexión con el cosmos y nuestra búsqueda eterna de comprensión en el vasto y misterioso teatro del universo.

Este universo descrito por Penrose es similar a La obra "Heaven and Hell" de M.C. Escher, junto con sus otras obras, nos ofrece una fascinante ventana hacia la intersección entre el arte y las matemáticas, explorando conceptos de geometría, simetría y perspectiva de una manera única y sorprendente.

En julio de 1960, Escher completó la última de sus cuatro 'límites circulares'. Había luchado con ello durante un tiempo, pero fue una publicación del profesor canadiense H.S.M. Coxeter lo que lo encaminó por el camino correcto. En esta obra, Escher logró visualizar una teselación desde el centro hasta el borde de un círculo, reduciendo gradualmente los motivos hasta que yacen infinitamente cercanos entre sí. Coxeter basó esta figura en el trabajo del matemático francés Jules Henri Poincaré, quien visualizó esta forma de geometría hiperbólica en su disco de Poincaré.

La pieza "Heaven and Hell" es un ejemplo destacado de cómo Escher incorporó estos conceptos matemáticos en su arte. En ella, utiliza la idea de una teselación circular para crear una representación visualmente impactante de un paisaje celestial y un paisaje infernal, con ángeles y demonios entrelazados en un patrón fractal que se repite infinitamente. Esta obra desafía nuestras percepciones convencionales de espacio y realidad, invitándonos a explorar las fronteras entre el orden y el caos, lo divino y lo demoníaco.

El proceso creativo detrás de "Heaven and Hell" ilustra la colaboración entre Escher y Coxeter, donde el artista se inspiró en las ideas matemáticas del profesor para expandir su propia práctica artística. A través de una serie de intercambios de correspondencia, Escher buscó consejo sobre cómo dominar estas teselaciones hiperbólicas, mientras que Coxeter aprendió de Escher al encontrar soluciones que no había considerado.

En última instancia, "Heaven and Hell" y otras obras de Escher nos desafían a mirar más allá de las apariencias superficiales y a explorar las profundidades ocultas de la geometría y la simetría en el arte. Nos invitan a contemplar la belleza y la complejidad del universo desde una nueva perspectiva, recordándonos que, en el cruce entre el arte y las matemáticas, podemos encontrar una fuente inagotable de inspiración y asombro (escherinhetpaleis.nl, 2018).



Silueta Figura Fractal de Pintura de Escher (escherinhetpaleis.nl, 2018)

Al considerar la pintura de Escher y las ideas de Penrose en conjunto, podemos encontrar una conexión entre la representación artística del infinito y la comprensión científica del universo. Por ejemplo, obras como "Heaven and Hell" de Escher, que utilizan patrones fractales y teselaciones (patrones geométricos que cubren una superficie de manera completa y sin dejar espacios vacíos ni superponerse entre sí), pueden evocar la noción de un cosmos infinito y en constante expansión.

Desde la perspectiva de Penrose, el universo podría concebirse como un sistema dinámico de espacio-tiempo que se curva y se deforma en formas intrincadas, tal como se representa en las ilusiones geométricas de Escher. Además, la idea de un Big Bang como el evento inicial que dio origen al universo podría interpretarse como un momento de singularidad donde las leyes conocidas de la física dejan de aplicarse, similar a cómo las estructuras visuales en las pinturas de Escher desafían nuestras percepciones habituales de la realidad.

En resumen, desde la perspectiva de Penrose y la pintura de Escher, el universo y el Big Bang se explican cómo fenómenos complejos y dinámicos que involucran conceptos de geometría, espacio-tiempo y singularidad. Esta intersección entre el arte y la ciencia nos ofrece una manera única de comprender la naturaleza del cosmos y nuestra relación con él.

¿Libre albedrio?

En Berlín, neurocientífico Jon Dylan James, un pionero de las neurociencias, descubriendo los secretos de la mente humana. Piensa sobre la capacidad de las máquinas para vislumbrar cómo decide nuestro cerebro, revelando que muchas decisiones están tomadas por complejas redes cerebrales antes de que incluso seamos conscientes de ellas.

En este emocionante experimento, Jon Dylan James y su equipo usaron un escáner cerebral para registrar la actividad cerebral de varias personas tomando decisiones simples. Lo increíble es que pudieron predecir la elección entre pulsar un botón a la izquierda o a la derecha ¡¡¡¡¡10 segundos antes de que siquiera lo pensaran!!!!!

Entonces, ¿qué pasa con el libre albedrío? Jon Dylan James nos lleva a una conversación intrigante ya quiere decir que el cerebro inicia este proceso de toma de decisiones, 10 segundos antes de que tomemos la decisión. Esto que significa ¿Libre albedrío o una decisión preestablecida nuestra mente?

Este descubrimiento despierta preguntas profundas sobre la esencia misma de nuestras decisiones. ¿Es la decisión una composición consciente o un acto que oculta lo que realmente ocurre en nuestro interior?

Revela que la decisión se divide en dos aspectos: el proceso cerebral inconsciente y la consciencia que cree elegir. ¿Somos realmente libres o simplemente actores en un escenario predefinido por nuestras redes cerebrales?

Pero la fascinación no termina ahí. Jon Dylan James explora cómo la neurociencia desafía nuestra concepción tradicional de libre albedrío. ¿Podemos cambiar conscientemente nuestro cerebro y, por ende, nuestro mundo? La plasticidad cerebral se cuestiona, mostrando que nuestras decisiones están fuertemente influenciadas por impulsos inconscientes ligados a nuestra biología evolutiva.

El entusiasmo crece al discutir cómo estas revelaciones afectan nuestras decisiones de consumo. ¿Somos realmente libres al elegir productos o estamos impulsados por estímulos inconscientes? Las marcas, con su sofisticada publicidad, nos seducen activando zonas cerebrales relacionadas con la identidad personal y la pertenencia a tribus.

La neurociencia nos hace replantear nuestras creencias sobre el libre albedrío y la toma de decisiones. La consciencia, una vez sobrevalorada, revela ser solo la punta del iceberg en el vasto océano de nuestro inconsciente. ¡La neurociencia está redefiniendo lo que conocemos como libre albedrío y promete transformar nuestra comprensión de la mente humana! ¡Un viaje emocionante hacia lo desconocido nos espera! (Dylan James, 2012).

¿Dónde esta la conciencia?



La Cábala, un sistema místico y esotérico del judaísmo, ha sido tradicionalmente vista como una disciplina compleja y reservada para unos pocos iniciados. Sin embargo, en los últimos tiempos, ha emergido una nueva perspectiva que presenta la Cábala como una herramienta accesible para lograr la felicidad y la satisfacción duradera en la vida diaria.

La Cábala, según esta nueva visión, no es solo un conjunto de enseñanzas esotéricas, sino una misión que busca hacer sentir plenos y realizados a las personas. Su objetivo es transmitir conocimiento que permita a los individuos alcanzar una conexión más profunda consigo mismos, con el universo y con el Creador.

Una de las formas en que la Cábala ayuda a las personas es ampliando su conocimiento. Va más allá de la comprensión superficial del mundo físico y material, y abre la mente a las dimensiones ocultas y espirituales de la existencia. Nos enseña que la realidad no se limita a lo que podemos percibir con nuestros cinco sentidos, sino que también incluye un vasto mundo invisible que influye en nuestras vidas de formas sutiles pero significativas.

La Cábala nos ayuda a conocernos a nosotros mismos al proporcionarnos herramientas para explorar nuestra propia conciencia y comprender nuestras motivaciones, deseos y miedos más profundos. Nos invita a reflexionar sobre quiénes somos realmente y cómo podemos alcanzar nuestro máximo potencial.

Además, la Cábala nos enseña cómo establecer una conexión significativa con el universo y el Creador. Nos muestra que somos parte de un tejido interconectado de energía y conciencia, y nos anima a cultivar una relación de respeto y gratitud hacia el mundo que nos rodea y hacia la fuerza creativa que lo sustenta.

Una de las enseñanzas más poderosas de la Cábala es su comprensión de cómo funciona la realidad. Nos muestra que la realidad no es estática ni predefinida, sino que está influenciada por nuestra conciencia y nuestras acciones. Nos enseña que cada pensamiento, emoción y acción que tomamos tiene un impacto en el mundo que nos rodea, y que podemos aprender a influir en nuestra realidad de manera positiva y constructiva.

La Cábala también nos ayuda a convertir nuestro conocimiento en una experiencia vivencial y placentera. Nos enseña que el conocimiento no es útil si no se aplica en la vida cotidiana, y nos anima a buscar experiencias que enriquezcan nuestra existencia y nos acerquen a la felicidad y la plenitud.

Una de las formas en que la Cábala nos ayuda a mejorar nuestra experiencia de vida es enseñándonos a controlar nuestros pensamientos y emociones. Nos muestra cómo podemos liberarnos de los pensamientos negativos y destructivos que nos impiden alcanzar nuestra plenitud y satisfacción. Nos enseña a cultivar una mente clara y positiva que nos permita ver las oportunidades en lugar de los obstáculos, y a enfocarnos en lo que queremos lograr en lugar de lo que tememos perder.



La Cábala también nos invita a explorar las diferentes dimensiones de nuestra conciencia y a trabajar en mejorar cada una de ellas. Nos enseña que somos seres multidimensionales con la capacidad de experimentar una amplia gama de estados de conciencia, desde la alegría y la gratitud hasta el amor y la compasión. Nos anima a desarrollar estas cualidades positivas en nosotros mismos y a cultivar una actitud de apertura y aceptación hacia la vida.

La Cábala nos ofrece una visión transformadora de la vida que nos invita a buscar la felicidad y la satisfacción duradera a través del conocimiento, la conexión y la experiencia. Nos enseña que somos los arquitectos de nuestra realidad y que tenemos el poder de crear una vida llena de significado, propósito y alegría. Si estamos dispuestos a abrir nuestras mentes y nuestros corazones a las enseñanzas de la Cábala, podemos descubrir un camino hacia la plenitud y la realización que trasciende nuestras expectativas más salvajes.

La consciencia, ese estado de conocimiento de uno mismo y del entorno, es uno de los enigmas más fascinantes y complejos en el estudio de la fisiología cerebral. Desde una perspectiva neurológica, la consciencia se manifiesta a través de la actividad cerebral, como un complejo de unidades de información arraigadas en el cerebro. Sin embargo, su naturaleza subjetiva intrínseca presenta desafíos significativos en su comprensión.

En el sistema nervioso central, diversos mecanismos y estructuras están implicados en la generación y mantenimiento de la consciencia. El sistema activador reticular, por ejemplo, controla la actividad del cerebro, incluyendo los estados de vigilia y sueño. Este sistema, que abarca estructuras como el tronco cerebral y el tálamo, se entrelaza con la corteza cerebral, donde se manifiesta la consciencia en su totalidad.

La consciencia, como actividad de toda la corteza cerebral, no puede ser entendida al centrarse en una región cerebral aislada, sino que emerge de la interacción entre diversas áreas corticales de asociación. Esta interconexión neuronal da lugar a la experiencia unificada que conocemos como consciencia.

Una de las principales dificultades en el estudio de la consciencia radica en su carácter subjetivo. Aunque una persona puede saber que está consciente, la naturaleza de esta experiencia es difícil de definir objetivamente. La pérdida de la consciencia, ya sea parcial o total, afecta la capacidad del individuo para interactuar con el entorno y con otros seres humanos.

Desde una perspectiva filosófica, la consciencia se considera un fenómeno intemporal e inmaterial que trasciende la realidad física y está íntimamente ligada a la percepción del tiempo. Esta interacción entre el presente consciente, el pasado y el futuro, junto con la memoria y otras funciones cognitivas, enriquece nuestra experiencia de la realidad.

Gerald Edelman propone una distinción entre la consciencia primaria y la consciencia de orden superior. Mientras que la primera se relaciona con experiencias fenoménicas ligadas al presente inmediato, la segunda implica la capacidad de reconocer el propio yo y visualizar el pasado y el futuro. Ambas formas de consciencia están interconectadas y se basan en procesos neurobiológicos complejos (Muntané Sánchez, s.f.).

El origen de la consciencia sigue siendo un misterio. Aunque se han identificado regiones cerebrales y mecanismos neuronales involucrados en su producción, no se ha logrado una explicación completa de este fenómeno. Desde las teorías emergentistas hasta las hipótesis que sugieren un componente no computable en las leyes físicas, diferentes enfoques han intentado abordar este enigma sin éxito definitivo.

La teoría de Roger Penrose, que postula la existencia de procesos físicos no computables en el cerebro, sugiere una conexión entre la mecánica cuántica y la actividad neuronal. Sin embargo, la relación entre estos procesos y la experiencia consciente sigue siendo objeto de debate (Muntané Sánchez, s.f.).

Roger Penrose es un físico teórico conocido por su trabajo en la Relatividad General y por sus contribuciones a la comprensión de la naturaleza de la mente humana. Su perspectiva única lo ha llevado a explorar la intersección entre la física, las matemáticas y la conciencia.

Uno de los conceptos clave en la filosofía de Penrose es la idea de que hay aspectos de la realidad que no pueden ser completamente descritos o comprendidos mediante procesos computacionales. Esta noción se basa en el teorema de incompletitud de Gödel, que establece que en cualquier sistema formal lo suficientemente complejo siempre habrá proposiciones que no pueden ser demostradas ni refutadas dentro del sistema. Penrose argumenta que este principio se aplica no solo a las matemáticas, sino también a la física, lo que sugiere que hay aspectos de la realidad que trascienden nuestra capacidad de comprensión computacional.

Para Penrose, esta idea tiene implicaciones profundas para nuestra comprensión del cerebro humano y la mente. Si hay procesos físicos que no son computables, entonces es posible que el cerebro humano utilice mecanismos no computacionales para realizar ciertas funciones mentales, como el pensamiento matemático. Esto lleva a la hipótesis de que la coherencia cuántica, un fenómeno que ocurre a nivel subatómico y que no puede ser completamente descrito por la física clásica, podría desempeñar un papel importante en los procesos cognitivos.

En particular, Penrose y sus colegas sugieren que los microtúbulos, estructuras celulares que forman parte del citoesqueleto, podrían ser candidatos ideales para aprovechar los efectos de la coherencia cuántica en el cerebro. Estos microtúbulos podrían actuar como sitios donde ocurren procesos cuánticos que luego se amplifican y afectan la actividad neuronal a gran escala.

La perspectiva de Penrose sobre la naturaleza no computable de ciertos aspectos de la realidad sugiere que la coherencia cuántica podría desempeñar un papel crucial en los procesos mentales y la conciencia humana. Su trabajo ha generado un debate fascinante sobre la relación entre la física cuántica y la mente, y sigue siendo una fuente de inspiración para investigadores en campos tan diversos como la física teórica, la neurociencia y la filosofía de la mente.

A pesar de los avances en neurociencia y cognición, la consciencia continúa desafiando nuestra comprensión. Mientras autores como Francis Crick y Christof Koch buscan explicaciones basadas en la actividad neuronal, otros, como John Searle y Joseph Levine, defienden la irreductibilidad de la consciencia a procesos físicos.

La consciencia es un fenómeno complejo que involucra una interacción sofisticada entre el cerebro y la mente. Aunque se han identificado sus correlatos neuronales y se han propuesto diversas teorías para explicar su naturaleza, el enigma de la consciencia persiste como uno de los grandes desafíos de la ciencia y la filosofía.

Lo que nos distingue de otras criaturas es nuestra conciencia. Esta facultad nos capacita para la imaginación y la creatividad, lo que a su vez nos permite desarrollar máquinas que nos ayudan a resolver problemas cotidianos. Por ejemplo, las computadoras han mejorado significativamente nuestra vida; actualmente, algunas tienen la capacidad de sustituir algunas profesiones y ejecutar múltiples tareas simultáneamente. Además, podemos interactuar con inteligencias artificiales como Alexa, Siri o el asistente de Google, simplemente pronunciando "OK Google". Existen también inteligencias artificiales más avanzadas, como GPT-3 de OpenAI, que nos permiten llevar a cabo diversas tareas, desde programas hasta operaciones aritméticas e incluso escribir código.

Otras inteligencias artificiales, como Lambda de Google, nos permiten comprender mejor el lenguaje natural y encontrar información precisa en búsquedas en línea. Algunas, como Dali, pueden incluso generar dibujos y otras formas de arte. La capacidad de las máquinas para dibujar implica una comprensión abstracta del mundo a través de imágenes. Además, estas inteligencias son capaces de comunicarse con nosotros y aprender diferentes idiomas. Sin embargo, ¿significa esto que su inteligencia se está aproximando a la humana?

Científicos como Penrose han propuesto la posibilidad de procesos cuánticos en el cerebro humano. Ganador del Premio Nobel por su trabajo sobre agujeros negros, Penrose investiga actualmente la conciencia cuántica, sugiriendo que en algunas regiones de las neuronas cerebrales, como los microtúbulos, podrían tener lugar estos procesos cuánticos.

¿De acuerdo a la mecánica cuántica cuando observamos algo lo alteramos?

Sí, según los principios de la mecánica cuántica, el acto de observar un sistema cuántico puede alterarlo. Este fenómeno se conoce como el "colapso de la función de onda" o "colapso de la probabilidad".

En mecánica cuántica, los objetos subatómicos, como electrones y fotones, no tienen una posición o estado definido hasta que se observan. En cambio, existen en una superposición de múltiples estados posibles, representados matemáticamente por lo que se conoce como una función de onda. Esta función de onda describe la probabilidad de encontrar la partícula en diferentes estados al realizar una medición.

Cuando se realiza una observación o medición sobre el sistema cuántico, la función de onda colapsa instantáneamente en uno de los estados posibles, y la partícula se encuentra en esa posición o estado específico. Esta observación cambia el sistema de manera fundamental y determina el resultado de la medición.

Este principio fundamental de la mecánica cuántica tiene implicaciones profundas y a menudo contraintuitivas sobre la naturaleza de la realidad a nivel subatómico. Sugiere que la mera actitud de observar puede influir en el comportamiento y la naturaleza de los objetos cuánticos, lo que desafía nuestra comprensión clásica de la física y la realidad.

La relación entre la consciencia humana y el fenómeno de alterar lo observado en mecánica cuántica es un tema complejo y sujeto a diversas interpretaciones y especulaciones. Aunque hay muchas teorías, ninguna está completamente aceptada por la comunidad científica en su totalidad. Sin embargo, puedo ofrecerte algunas perspectivas y posibles conexiones entre estos conceptos:

1. **Interpretación de Copenhague**: Según esta interpretación de la mecánica cuántica, propuesta por Niels Bohr y Werner Heisenberg, la observación activa desempeña un papel fundamental en el colapso de la función de onda. La consciencia del observador se considera relevante en este proceso de colapso. Desde esta perspectiva, la consciencia humana estaría directamente involucrada en la determinación de los resultados de las mediciones cuánticas.
2. **Teoría del observador participante**: Algunos sugieren que la consciencia del observador no solo influye en el proceso de medición, sino que también puede afectar la realidad misma a nivel cuántico. Esta teoría postula que la mente consciente puede interactuar con el tejido de la realidad a un nivel fundamental, y que la observación consciente puede influir en la forma en que se manifiestan los eventos cuánticos.
3. **Conciencia y coherencia cuántica**: Roger Penrose, en colaboración con Stuart Hameroff, ha propuesto una teoría que vincula la consciencia con la física cuántica a través de los microtúbulos en las neuronas. Sugieren que los microtúbulos cerebrales podrían estar involucrados en procesos cuánticos que subyacen a la consciencia. En esta perspectiva, la consciencia humana estaría relacionada con fenómenos cuánticos como la coherencia cuántica, que podrían desempeñar un papel en la observación y la alteración de eventos cuánticos.

4. **Filosofía de la mente y la consciencia**: Desde una perspectiva filosófica, la relación entre la consciencia humana y la mecánica cuántica plantea preguntas sobre la naturaleza misma de la realidad y la mente. Algunos argumentan que la consciencia es fundamental para la realidad misma, y que los fenómenos cuánticos pueden ofrecer una ventana a la comprensión de la relación entre mente y materia.

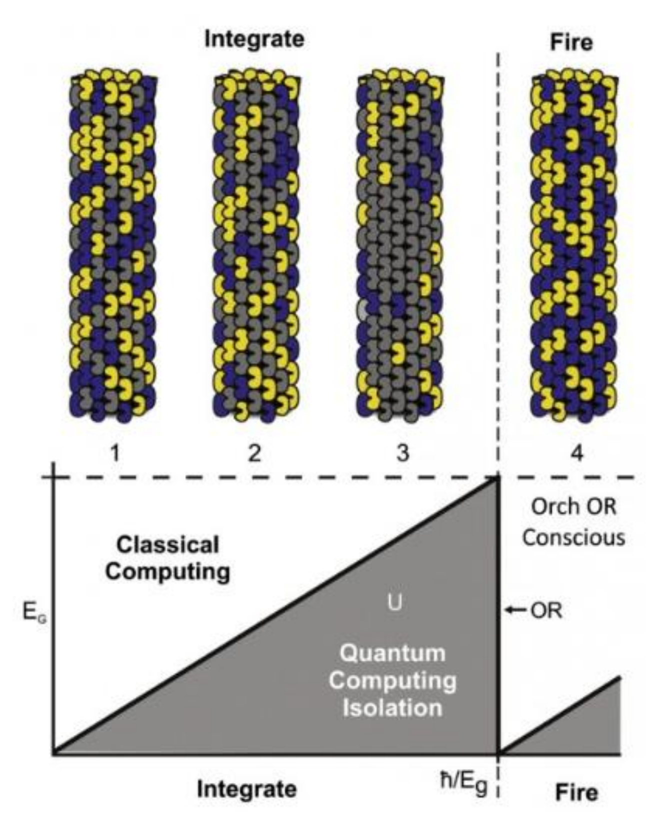
La relación entre la consciencia humana y el fenómeno de alterar lo observado en mecánica cuántica es un área de investigación fascinante pero aún en gran parte especulativa. Aunque existen diversas teorías y perspectivas, sigue siendo un tema de debate activo y requiere más investigación empírica para llegar a una comprensión más completa.

Una hipotética propuesta para representar un evento consciente utilizando principios de la computación cuántica en uno de los microtúbulos, que son componentes celulares esenciales del citoesqueleto es la siguiente:

- **Representación de un evento consciente**: Se refiere a la idea de capturar o modelar un evento relacionado con la consciencia humana. En este contexto, "evento consciente" podría significar cualquier proceso o experiencia mental que se considere asociado con la consciencia, como la percepción, el pensamiento, la memoria o la toma de decisiones.
- **Computación cuántica**: Hace referencia a un paradigma de computación que utiliza principios de la mecánica cuántica para realizar operaciones de información. En lugar de bits clásicos, que pueden ser 0 o 1, la computación cuántica utiliza qubits, que pueden estar en una superposición de estados, lo que permite realizar cálculos de manera exponencialmente más eficiente en ciertos casos.
- **Microtúbulos**: Son estructuras celulares tubulares que forman parte del citoesqueleto y tienen diversas funciones en la célula, incluyendo el soporte estructural y el transporte intracelular. Se ha sugerido que los microtúbulos podrían estar involucrados en procesos relacionados con la consciencia, y esta propuesta especula con la idea de que podrían servir como sustrato físico para eventos conscientes.

En resumen, la frase propone explorar la posibilidad de utilizar principios de la computación cuántica para representar eventos conscientes en los microtúbulos celulares. Esta es una idea preliminar que requeriría una investigación más detallada y evidencia experimental para ser validada o refutada.





Propuesta provisional para la representación de un evento consciente a partir de la computación cuántica en uno de los microtúbulos (Hameroff & Penrose, 2014)

La teoría cuántica de la consciencia propuesta por Penrose y Hameroff sugiere que los microtúbulos, componentes del citoesqueleto celular, podrían ser responsables de la transferencia de información cuántica relacionada con la consciencia. Sin embargo, la falta de un mecanismo conocido que proteja a los microtúbulos de la decoherencia cuántica, junto con la ausencia de evidencia experimental sólida, plantea dudas sobre esta hipótesis. Aunque algunos estudios han sugerido la posible existencia de coherencia cuántica en los microtúbulos, la mayoría de las investigaciones no han demostrado que puedan mantener estados cuánticos de manera prolongada o procesar información cuántica de manera significativa. La teoría Orch OR ha sido objeto de críticas y su viabilidad como explicación para la consciencia sigue siendo controvertida. En resumen, la comprensión de los microtúbulos en relación con la consciencia sigue siendo un área de investigación especulativa que requiere más evidencia experimental para ser validada o refutada de manera concluyente (Villatoro, 2015).

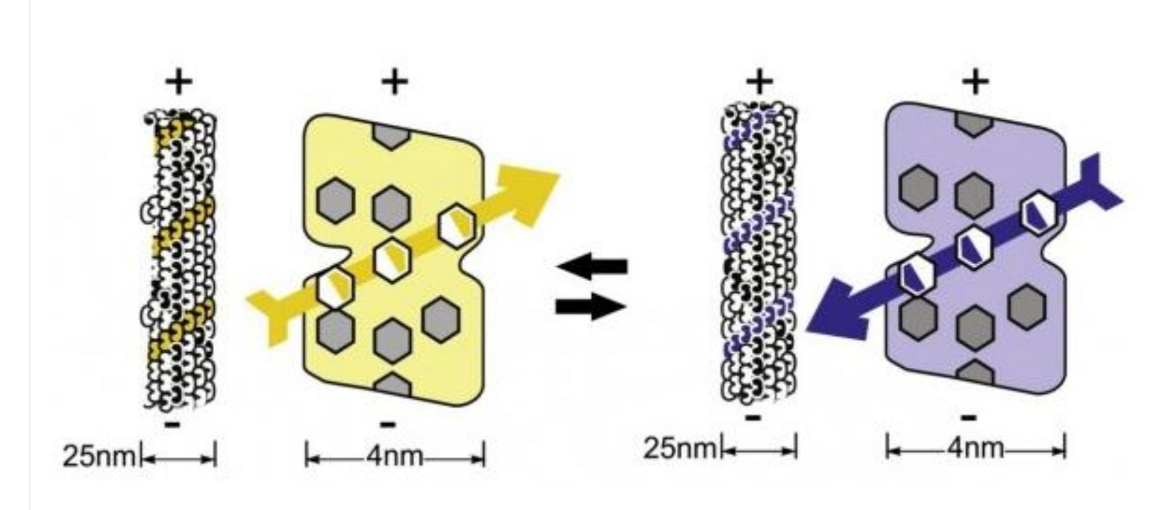
Los microtúbulos son tubos cilíndricos formados por la polimerización de proteínas llamadas tubulinas, y desempeñan funciones fundamentales en la organización y el transporte intracelular.

Cuando se menciona que estos dipolos están en una posición específica, ascendente en la izquierda y descendente en la derecha, se está describiendo la orientación relativa de los dipolos helicoidales dentro del microtúbulo. Esta disposición puede tener implicaciones en



la actividad eléctrica y estructural de los microtúbulos, que a su vez pueden influir en procesos biológicos como la comunicación neuronal y la función celular.

La referencia a la "superposición cuántica" implica que estos dipolos helicoidales pueden existir en estados cuánticos simultáneos, similar a los qubits utilizados en las computadoras cuánticas. Los qubits son los bits cuánticos que pueden representar tanto un 0 como un 1 al mismo tiempo debido al fenómeno de superposición cuántica, lo que les otorga una capacidad de procesamiento mucho más potente que los bits clásicos en computadoras convencionales.



Dipolos helicoidales en posición – 5 ascendente izquierda y desenbdente derecha en un microtúbulo. Su superposición cuántica es igual que los qubits utilizados en la computadoras cuántica (Hameroff & Penrose, 2014)

Por otro lado, nuestros avances en computación también nos han llevado a descubrimientos no científicos. Aunque algunos cuestionan la viabilidad de procesos cuánticos en el cerebro debido a la brevedad temporal de la mente, en la naturaleza, incluso las plantas han demostrado realizar tales procesos en sus células para optimizar el transporte de energía.

La fotosíntesis, proceso mediante el cual las plantas transforman la luz solar en energía química, presenta similitudes con el comportamiento de la materia en estados cuánticos, como el condensado de Bose-Einstein. Un estudio reciente reveló que los electrones alterados, llamados excitones, se organizan en un estado cuántico similar al condensado de Bose-Einstein mientras se mueven a través de las hojas de las plantas, permitiendo una transferencia eficiente de energía eléctrica. Este fenómeno sugiere que la naturaleza puede optimizar el transporte de electricidad de manera cuántica, sin necesidad de condiciones extremas de temperatura. Aunque este descubrimiento no resuelve directamente el aprovechamiento energético de las plantas, ofrece perspectivas para el desarrollo de materiales superconductores en el futuro, utilizando principios similares al ordenamiento de los excitones en las plantas (Garay, 2023).



Un aspecto importante es la versatilidad, es decir, nuestra habilidad humana para encontrar múltiples usos para un objeto. Mientras una hoja de papel puede ser transformada en origami, una máscara, un avión o un barco de papel, las computadoras no pueden proporcionar este tipo de información a menos que esté contenida en una base de datos. Además, las computadoras actuales carecen de razonamiento autónomo y creatividad.

Descartes, uno de los filósofos más influyentes, postuló la existencia de dos sustancias: la sustancia pensante y la sustancia extensa. La primera, la "res cogitans", es capaz de pensar, sentir y dudar, mientras que la segunda, la "res extensa", ocupa un lugar en el espacio y posee forma y movimiento. Esta dualidad mente-cuerpo, conocida como dualismo cartesiano, plantea la esencia del ser humano en la mente pensante y la materia extensa. Sin embargo, ¿cómo percibe el ser humano su entorno? Según Descartes, una sustancia existe independientemente, es decir, requiere solo de sí misma para existir, y nuestro entorno simplemente es, independientemente de nuestra conciencia.

Al examinar críticamente la linealidad del pensamiento moderno, considerando dos géneros textuales diferentes para resaltar la absurda pero aparentemente necesaria linealidad del pensamiento humano moderno. Se discute cómo el lenguaje condiciona una realidad parcial y se cuestiona si "Pienso, luego existo" es más real que "siento, luego existo".

Debemos explorar la discusión sobre cómo conocemos el mundo que nos rodea, destacando la importancia de la intersubjetividad para superar la dicotomía entre lo objetivo y lo subjetivo.

Existen antecedentes históricos y en el contexto actual, destacando la influencia del empirismo y el racionalismo en la ciencia moderna. Donde se discute cómo la interpretación de la realidad está influenciada por la subjetividad del observador.

Existe un quiebre de la visión del objeto como algo pasivo hacia el sujeto como hablante activo, lo que lleva a una variedad de teorías sobre cómo fundamentar este cambio. Se debe mencionar la importancia de la descripción densa en antropología para comprender la subjetividad del investigador.

Existe relación entre la interpretación y poder, destacando que la ciencia y la interpretación tienen aspectos religiosos y científicos respectivamente. Esto nos lleva a la importancia de quién interpreta y cómo esto influye en la legitimidad de la interpretación.

Una metáfora es la del burro y la zanahoria para ilustrar la elección subjetiva en la interpretación de la realidad.
En esta metáfora, el burro simboliza al ser humano, la zanahoria representa la realidad que el ser humano desea alcanzar, y el tercero implícito en la escena es aquel que sostiene la vara con la zanahoria, influenciando así al burro.

El burro, en su deseo de alcanzar la zanahoria, sigue avanzando hacia ella sin tener otra opción. Sin embargo, también tiene la posibilidad de sacudirse y liberarse del control del tercero que sostiene la zanahoria. Esto sugiere que el ser humano, aunque está influenciado por su deseo de comprender la realidad, también tiene la capacidad de tomar decisiones y liberarse de influencias externas (da Silva Concha, 2010).

Se concluye que la ciencia en su forma clásica está obsoleta, abogando por un nuevo contrato socio-científico basado en la intersubjetividad para comprender mejor la influencia de lo subjetivo en la producción del conocimiento.

A pesar de estos avances, persisten preguntas sobre la posibilidad de una mente sin cuerpo o la existencia del alma. Estos temas trascienden el ámbito científico y se entrelazan con creencias filosóficas y espirituales, desafiando nuestra comprensión de la naturaleza y la conciencia humanas.

La consciencia humana es un fenómeno extraordinario que ha desconcertado a filósofos, científicos y artistas a lo largo de la historia. ¿Cómo percibimos el mundo que nos rodea? ¿Qué papel juegan nuestros sentidos en la formación de nuestra realidad? ¿Cómo se relaciona nuestra experiencia subjetiva con la naturaleza objetiva del universo? Estas son algunas de las preguntas fundamentales que han motivado la exploración de la relación entre la consciencia humana y la percepción sensorial.

Un aspecto crucial en esta exploración es la manera en que percibimos y comprendemos el espacio y la dimensionalidad del universo. Desde tiempos antiguos, los seres humanos han tratado de entender la estructura del mundo en el que vivimos, y esta búsqueda ha llevado al desarrollo de diversas teorías y conceptos, desde la geometría euclidiana hasta la física cuántica.

Una de las fascinaciones más persistentes en este campo es el estudio de la perspectiva y cómo afecta nuestra percepción del espacio y la profundidad. Desde las ilusiones ópticas hasta los efectos visuales en el cine y el teatro, la perspectiva juega un papel crucial en la manera en que interpretamos el mundo visual que nos rodea. Por ejemplo, en producciones cinematográficas como "El Hobbit" o "Harry Potter", se utilizan técnicas de perspectiva para crear la ilusión de tamaño y distancia, lo que afecta directamente la percepción del espectador sobre los personajes y los escenarios.

Sin embargo, la perspectiva va más allá de lo visual y se extiende a nuestra experiencia consciente del mundo. La autoconciencia reflexiva, como la llama Eugene Halliday, nos permite no solo percibir el mundo que nos rodea, sino también reflexionar sobre nuestra propia percepción y comprensión de ese mundo.

Esta capacidad de introspección nos lleva a cuestionar cómo construimos nuestra realidad a partir de nuestras experiencias sensoriales y cómo damos sentido y significado a esas experiencias.

En este sentido, la percepción del espacio y la dimensionalidad del universo se convierte en un tema de profunda reflexión filosófica y científica. ¿Cómo percibimos la tridimensionalidad del espacio? ¿Qué papel juega la cuarta dimensión en nuestra experiencia consciente del tiempo? Estas preguntas nos llevan a explorar conceptos como la geometría no euclidiana y la teoría de la relatividad de Einstein, que han transformado nuestra comprensión del espacio y el tiempo.

La idea de una cuarta dimensión espacial, aunque difícil de concebir intuitivamente, nos lleva a considerar cómo sería nuestra percepción del mundo si pudiéramos trascender las limitaciones de nuestra realidad tridimensional. ¿Cómo sería ver el mundo desde una perspectiva más amplia, donde el tiempo y el espacio se entrelazan de formas que desafían nuestra comprensión convencional? Estas son preguntas que desafían nuestra imaginación y nos invitan a explorar los límites de nuestra comprensión del universo.

En este contexto, los avances en la ciencia y la tecnología, como la computación cuántica y la inteligencia artificial, nos ofrecen nuevas herramientas para explorar y comprender la naturaleza de la consciencia y su relación con el mundo material. Por ejemplo, los juegos y simulaciones en cuarta y quinta dimensión nos permiten experimentar de manera intuitiva conceptos abstractos como la dimensionalidad del espacio y el tiempo, lo que amplía nuestra perspectiva y nos desafía a repensar nuestras concepciones tradicionales del universo.

En última instancia, la exploración de la perspectiva de la consciencia y la dimensionalidad del universo es un viaje interdisciplinario que abarca la filosofía, la ciencia, las matemáticas y el arte. A medida que continuamos explorando los misterios de la mente humana y del cosmos, nos enfrentamos a un universo de posibilidades infinitas que nos invitan a expandir nuestros horizontes y a repensar nuestra relación con el mundo que nos rodea.

La escala inescrutable del tiempo

Ahora lo explicare como lo entiendo de manera hipotética acerca del libre albedrio en el contexto espiritual de la Kabbalah y también te contare sobre el tiempo.



El tiempo es una de las cuestiones más complejas de comprender. Por ejemplo, al realizar operaciones y cálculos, podemos encontrarnos con un tiempo negativo, pero esto no implica que tengamos la capacidad de viajar al pasado. El tiempo solo puede experimentarse en el presente; vivimos en un continuo presente. Sin embargo, desconocemos si tuvo un inicio o si tendrá un fin. Por convenio, se dice que el tiempo va de cero al infinito.

¿Cómo determinamos el valor de un segundo? La respuesta aparentemente correcta es medir el tiempo que tarda la Tierra en dar una vuelta completa. Por convención, se decidió dividir este tiempo en 24 horas, cada hora en sesenta minutos y cada minuto en sesenta segundos. Pero, ¿podemos subdividirlo en unidades más pequeñas? Dividiendo un segundo entre 10, 100 y 1000, obtenemos décimas, centésimas y milésimas de segundo. Sin embargo, ¿tenemos una manera precisa de medirlo? Por convención, la medida oficial del segundo se define en términos de oscilaciones de las partículas átomos de cesio 133. Imagina que el cesio es un material que vibra, y el tiempo que le toma oscilar 9, 192, 631,770 veces equivale a un segundo. Pero esto también es una convención de medida, y a pesar de años de análisis, no se ha llegado a una conclusión definitiva sobre qué es el tiempo.

Como observadores, medimos el tiempo a partir de los cambios de estado de las cosas, como la descomposición radioactiva de algunos elementos, o el cambio de posición de un vehículo en movimiento. En el marco de la física clásica, que incluye la mecánica newtoniana, el tiempo se considera una magnitud continua y siempre positiva. En este contexto, no existe una noción de tiempo negativo.

Sin embargo, en la teoría de la relatividad de Albert Einstein, que es una teoría más avanzada que reemplaza a la mecánica newtoniana en ciertos límites, el tiempo se trata de manera más flexible. La teoría de la relatividad especial permite intervalos temporales negativos entre eventos para ciertos observadores en situaciones extremas, pero esto se interpreta como una peculiaridad matemática y no como un viaje físico hacia el pasado.

En resumen, desde la perspectiva clásica, el tiempo negativo no tiene sentido. Sin embargo, en el marco de la teoría de la relatividad, hay situaciones en las que se pueden tener intervalos temporales negativos, aunque estas situaciones son teóricas y no implican viajes en el tiempo en el sentido convencional.

Características Fundamentales del Tiempo:

1. **Irreversibilidad:** El tiempo se caracteriza por su naturaleza irreversible. Los eventos ocurren en una secuencia temporal unidireccional, de pasado a presente y futuro, y no existe evidencia experimental de una inversión natural de esta dirección.
2. **Continuidad y Linealidad:** El tiempo se considera una dimensión continua y lineal. Su representación matemática implica que entre dos puntos temporales

cualesquiera existe un número infinito de puntos intermedios, y la adición de intervalos temporales es una operación lineal.

3. **Relatividad Temporal:** La teoría de la relatividad de Einstein extiende la concepción clásica del tiempo, vinculando su medida a la velocidad y la gravedad. Se reconoce que el tiempo es relativo y puede dilatarse o contraerse según la velocidad relativa y la influencia gravitacional.

Ahora retomemos la idea de un tiempo negativo implica una inversión en la secuencia temporal convencional, donde eventos futuros precederían a los eventos pasados. Imaginar un mundo con tiempo negativo lleva a conceptos fascinantes y desafiantes para nuestra comprensión del universo. Aquí hay algunas consideraciones hipotéticas:

1. **Causalidad Invertida:** En un universo con tiempo negativo, la relación de causa y efecto se invertiría. Los efectos precederían a sus causas, lo cual sería desconcertante y desafiaría nuestra intuición sobre cómo se desarrollan los eventos en el tiempo.
2. **Reversión de Procesos Físicos:** Los procesos naturales podrían invertirse. Por ejemplo, en lugar de un huevo cocido convirtiéndose en un huevo crudo al calentarse, podríamos ver un huevo crudo "cocinándose" a medida que absorbe calor. Esto contradiría nuestras experiencias cotidianas y las leyes de la termodinámica.
3. **Viaje en el Tiempo Invertido:** Si el tiempo es negativo, los viajes en el tiempo podrían tomar una forma única. Imagina la posibilidad de viajar hacia "atrás" en el tiempo negativo y presenciar eventos que preceden a tu propia existencia. Esto plantearía cuestiones filosóficas y paradojas temporales.
4. **Consecuencias para la Conciencia:** La experiencia de la conciencia misma podría ser completamente diferente. ¿Cómo sería la percepción de la realidad si nuestros recuerdos estuvieran "adelante" en el tiempo negativo en lugar de "atrás" en el tiempo positivo?
5. **Efectos en la Física Fundamental:** La física fundamental, como las ecuaciones que describen la dinámica de partículas subatómicas, tendría que ser reformulada para dar cuenta de la dirección invertida del tiempo.

Ahora ¿Si D-os sabe el presente, pasado, futuro? Sí D-os es omniciente es decir él es quien conoce todas las cosas reales y posibles. ¿Cómo es que los seres humanos deciden? ¿Por qué las cosas pueden comportarse con aleatoriedad?, si D-os sabe perfectamente lo que vamos hacer ¿existe el libre albedrío? O ya todo está determinado.

La pregunta en cuestión plantea el dilema sobre el libre albedrío frente a la omnisciencia divina. Interroga sobre la posibilidad de que D-os conozca el futuro y cómo esto coexiste con la libertad de elección de los seres humanos, considerando la aparente aleatoriedad de las decisiones si D-os posee un conocimiento perfecto de lo que ocurrirá.



En el gran tapiz del tiempo, la humanidad se mueve como pequeños hilos que forman patrones únicos. Imagina que la omnisciencia de D-os es como observar el tapiz desde una posición elevada, con la capacidad de ver todos los hilos y cómo se entrelazan. D-os sabe cada patrón, cada color, cada cambio que podría surgir. Esta visión abarca tanto lo posible como lo real.

Sin embargo, en lo más profundo de la vida humana, cada individuo es como un hilo que tiene su propio camino. Imagina que este hilo es libre albedrío: es la habilidad que tiene cada ser humano para tomar decisiones, para elegir su camino en medio del tapiz. A pesar de que D-os ve todo el tapiz y conoce cada hilo, permite que los hilos más pequeños -nuestros caminos personales- se entrelacen y se configuren a través de nuestras elecciones.

Así, el misterio del libre albedrío radica en la coexistencia de la omnisciencia de D-os y la capacidad humana para tomar decisiones. Aunque D-os vea todas las posibilidades y conozca todas las elecciones posibles, cada ser humano tiene la libertad de tomar decisiones independientes y únicas, entrelazando sus propios hilos en el gran tapiz del tiempo.

En esa intersección entre el conocimiento divino y las decisiones humanas, se encuentra la complejidad de la vida, donde las elecciones, la sorpresa y la aleatoriedad se encuentran. Aunque D-os posea un conocimiento absoluto, permite a sus criaturas, a través del libre albedrío, tejer sus propias historias y determinar su propio rumbo en el tapiz de la existencia.

La Teoría M, dentro del marco más amplio de la teoría de cuerdas, propone que las diferentes teorías de cuerdas, como la teoría de supercuerdas tipo I, la teoría de supercuerdas tipo IIA y la teoría de supercuerdas tipo IIB, son diferentes límites de una teoría unificada que incluye múltiples dimensiones espaciales y propiedades específicas de las cuerdas.

Hablando hipotéticamente un ser como D-os que lo domina todo y que puede estar en todas partes y esto incluye las dimensiones de la Teoría M y puede transitar entre dimensiones podría tener una percepción del tiempo y el espacio que desafía nuestra comprensión convencional, se me imagino como vería el cosmos:

1. **Percepción del Espacio:**
    - **Multidimensionalidad:** Este ser podría percibir el espacio como una entidad multidimensional, y no limitada a las tres dimensiones espaciales que experimentamos cotidianamente. Las dimensiones adicionales, según la teoría de cuerdas, podrían estar compactadas en escalas subatómicas, pero este ser tendría la capacidad de experimentarlas de manera directa.
    - **Cambio de Dimensiones:** Al cambiar su vibración, este ser podría desplazarse de una dimensión a otra sin restricciones. Las dimensiones



adicionales, que podrían ser imperceptibles para nosotros, se convertirían en parte de su experiencia cotidiana.

2. **Percepción del Tiempo:**
   - **No Linealidad Temporal:** Dado que la Teoría M permite la existencia de múltiples dimensiones temporales, este ser podría experimentar el tiempo de manera no lineal. Podría moverse hacia adelante o hacia atrás en el tiempo, o incluso experimentar diferentes momentos simultáneamente.
   - **Vista Panorámica del Tiempo:** En lugar de experimentar el tiempo como una secuencia lineal, este ser podría tener una visión panorámica de eventos pasados, presentes y futuros. La noción de "ahora" podría ser más fluida y abierta a múltiples interpretaciones.
3. **Cambio de Vibración:**
   - **Transición entre Dimensiones:** La posibilidad del poder de cambiar la vibración de sí mismo implicaría la capacidad de ajustar su frecuencia en relación con las cuerdas fundamentales que componen la realidad. Esto permitiría al ser transitar entre dimensiones y experimentar diferentes aspectos de la realidad cuántica.
   - **Control sobre la Realidad:** Al tener control sobre su vibración, este ser podría influir directamente en la estructura misma de la realidad en la que reside, desafiando nuestras nociones tradicionales de causalidad y consistencia temporal, manipularía a su antojo el tiempo y el espacio como un tablero de juego de mesa.

Esta versión hipotética de D-os en un marco de la Teoría M podría tener una percepción del tiempo y el espacio que va más allá de las limitaciones de nuestra comprensión convencional, explorando dimensiones adicionales y cambiando su vibración para navegar a través de una realidad cuántica compleja.

El pilar central del árbol sefirótico, el ascenso y descenso por el árbol de la vida

El Universo según la Cábala en su esencia sostiene una dualidad cósmica: Cielo-Tierra, Espíritu-Materia. Un reino de misterios y conexiones divinas, custodiado por un inmenso árbol conocido como el Árbol de la Vida. Este árbol no solo representa una manifestación física, sino un portal que conecta lo terrenal con lo celestial.

En la cima de este árbol, como su corona, se encuentra Kéter, la puerta al cielo, a lo divino, al mundo de las alturas. Kéter irradiando su luz para llenar a Maljut, la Tierra, con su sabiduría y presencia. Maljut, por su parte, es la morada terrenal de la Shekináh, el aspecto femenino de D-os que otorga a este mundo su esencia divina.

Para alcanzar este equilibrio, hay un sendero conocido como el Sendero de la Flecha. Este camino ascendente se entrelaza a través de **Yesod**, **Tiféret**, **Da’at** y **Kéter** superando las pruebas que representan la barrera entre el mundo material y el divino. Los buscadores de

sabiduría, los justos, ascienden por este sendero, trascendiendo el ego, la individualidad y la dualidad básica, alcanzando así la iluminación.

Sin embargo, existe otra senda, un camino serpenteante que se mueve entre cada sefirá, llamado **Najushtan** (Serpiente). Este sendero integra y comprende las cualidades de cada una, formando una conexión unificada, es la manera en que se asciende de lo terrenal a lo divino, mientras que **Kav** (relámpago) sigue la misma trayectoria pero de arriba abajo, es decir cuando lo divino se refleja en lo terrenal como la creación de D-os.

Mientras el equilibrio entre el Cielo y la Tierra se mantiene, existe armonía. Pero cualquier ruptura en esta armonía genera desconexión con la fuente, con Kéter. Este desequilibrio lleva a un mundo materialista, un mundo donde la divinidad es reemplazada por el azar y el exilio del espíritu.

En el Eje **Tiféret**-**Yesod**, otro equilibrio se manifiesta. El sol de **Tiféret** da su luz al mundo, que la luna de **Yesod** refleja. Este eje interno conecta la Individualidad con la Personalidad, lo superior con lo egoico. La Luna, al igual que el ego, no posee luz propia y depende de reflejar lo superior, **Tiféret**, para ser iluminada.

El Sendero de la Templanza, que une **Tiféret** con **Yesod**, representa la necesidad de equilibrar las emociones, como se mezcla lo frío con lo caliente. Solo a través de un equilibrio emocional y mental, con receptividad y temple, se puede alcanzar a **Tiféret**, comunicándose con lo divino.

El equilibrio entre lo celestial y lo terrenal, lo superior y lo egoico, representa la meta de la evolución espiritual: una conexión armoniosa entre el Cielo y la Tierra, entre lo espiritual y lo material, entre el ser y su divinidad interna.

En una tierra envuelta en un equilibrio celestial, una conexión que trasciende lo tangible y lo espiritual. Un mundo sostenido por el imponente Árbol de la Vida, donde Kéter y Maljut, representando Cielo y Tierra, mantienen un equilibrio inquebrantable.
Este árbol, con raíces en el Cielo y frutos en la Tierra, habla de una dualidad de géneros. El Cielo, masculino, ofrecía su luz a Maljut, la Tierra, de manera femenina. Maljut, el hogar de la Shekináh (Morada, lugar donde habita), recibe el Espíritu de Kéter, manteniendo el vínculo entre lo terrenal y lo divino.

El Sendero de la Flecha, ascendiendo por las sefirot de **Yesod**, **Tiféret** y **Da'at** , es una travesía que permite trascender las barreras entre lo material y lo espiritual. Este camino directo desafía el ego, la individualidad y la dualidad sujeto-objeto, alcanzando la iluminación. Pero también existe la serpenteante senda de **Najushtan** , integrando cada sefirá y sus significados, ambos caminos contribuyendo al Tikún Olam "reparar el mundo", el plan de evolución espiritual.



El desequilibrio en este eje se manifiesta una desconexión con Kéter, la Fuente. Esto genera un paradigma materialista, un mundo desligado de la divinidad, sumido en la era del exilio del espíritu.

En el Eje **Tiféret**-**Yesod**, un equilibrio interno entre la Individualidad y la Personalidad se despliega. **Tiféret**, simbolizando el Sol, irradia luz a la Tierra, reflejada por la Luna, representando **Yesod**. Sin embargo, para recibir esa luz, el ego debe comprender su verdadera identidad, su conexión con lo superior. La luna, al igual que el ego, solo refleja la luz de un plano superior, y al identificarse únicamente con la personalidad, se olvida de su dimensión superior.

El Sendero de la Templanza, que une a **Tiféret** con **Yesod**, muestra la mezcla de dos vasijas por un ángel. Este acto simbolizaba la mezcla de las emociones, la necesidad de templarlas para acceder a un plano superior. Acceder a **Tiféret** no requiere solo receptividad, sino también un temple de acero, conectando con lo divino.

Estos equilibrios, entre lo terrenal y lo celestial, entre lo individual y lo espiritual, marcan un camino hacia la conexión más profunda con lo divino, revelando que en la armonía de estas dualidades yace la esencia de la verdadera evolución espiritual (Cábala קבלה , 2020).

La senda serpenteante (Najushtan) y Rayo Relampagueante (Kav)

En la cosmogonía de la Kabbalah (Cábala קבלה, 2020), el proceso de creación del universo implica la retracción divina, conocida como TzimTzum, donde el Ein Sof (la esencia divina infinita) se contrae para crear un espacio vacío. Este vacío se llena con la Luz Infinita (Or), representada por el Kav o Rayo Relampagueante. Sin embargo, en un primer intento (TzimTzum Aleph), los recipientes (Cli) que deberían contener esta Luz no fueron capaces, y se produjo la "rotura de los recipientes" (shevirat-ha-kelim).

Esta ruptura cósmica atrapó la luz divina en fragmentos, quedando encerrada en los Cliphot como una especie de "cara oscura" de las Sefiroth. Hubo un segundo intento (TzimTzum Beth), donde se logró el éxito al restringir la Luz que el Kav depositaba en los recipientes que eventualmente darían lugar a las Sefiroth. Este éxito se basó en la capacidad de las Sefiroth para contener progresivamente la Luz, evitando un choque frontal mediante un flujo controlado de esa energía.

Este relato simboliza el desequilibrio que puede ocurrir cuando la capacidad receptora (las Sefiroth) no puede contener la energía dadora (la Luz Infinita del Ein Sof). La restricción o el rechazo selectivo de parte de la energía de esa Luz es crucial para evitar el desequilibrio en el universo y permitir la creación ordenada de las dimensiones representadas por las Sefiroth. Este proceso destaca la importancia de la armonía y la moderación en la interacción entre la divinidad y la creación.





la nada (Ayin)

el infinito (En Sof)

la luz infinita (Or En Sof)

Corona y Potencial Puro Keter

Entendimiento Bina

La sabiduría Jojmá

Dáat Conocimiento

Gevurá Justicia

Jésed Bondad y misericordia

Tifére Belleza

Hod Esplendor

Netsaj Victoria

Yesod Funda-mento

Maljut Reino



Aquí hay algunas conexiones que podrían señalarse:

1. **Contracción y expansión:** La idea de un principio en el que la divinidad se contrae para crear un espacio vacío (TzimTzum) y luego se expande (Kav o Rayo Relampagueante) tiene paralelos con teorías científicas, como la teoría del Big Bang. En la teoría del Big Bang, el universo experimenta una expansión a partir de un estado inicial extremadamente denso y caliente.
2. **Ruptura y restricción:** La noción de que en el proceso de creación hubo un "fracaso" inicial (rotura de los recipientes) y luego un éxito al aplicar restricciones para contener la energía (TzimTzum Beth) podría compararse de manera abstracta con conceptos en la cosmología, donde las condiciones iniciales del universo llevaron a ciertos resultados, y ajustes o restricciones posteriores permitieron la formación de estructuras más complejas.
3. **Equilibrio y desequilibrio:** La idea de que el desequilibrio se produce cuando la capacidad receptora no puede contener la energía dadora puede relacionarse con conceptos en la física y la cosmología, donde la estabilidad de sistemas complejos a menudo depende de un equilibrio delicado entre fuerzas y energías.

Aquí hay un análisis detallado de cada uno de los senderos:

1. **Sendero de la Flecha:**
   - **Recorrido:** Se entrelaza a través de Maljut Yesod, Tiféret, Da'at y Kéter superando pruebas que representan la barrera entre lo material y lo divino.
   - **Significado Espiritual:** Representa el ascenso espiritual de los buscadores de sabiduría y justos. Implica trascender el ego, la individualidad y la dualidad básica para alcanzar la iluminación.
   - **Equilibrio y Desconexión:** Destaca la importancia del equilibrio entre el Cielo y la Tierra para mantener la armonía. Cualquier ruptura en esta armonía conduce a la desconexión con la fuente, con Kéter, la persona que tiene este nivel debe de estar lo más equilibrado en Tféreth.
2. **Sendero Serpenteante (Najushtan):**
   - **Recorrido:** Se mueve entre cada sefirá, formando una conexión unificada.
   - **Significado Espiritual:** Representa la evolución espiritual ascendente desde Maljut hasta Kéter. Este camino serpenteante integra y comprende las cualidades de cada sefirá.
   - **Equilibrio y Desconexión:** Mantiene la conexión con la fuente mientras se siga el equilibrio entre el Cielo y la Tierra.
3. **Rayo Relampagueante (Kav):**
   - **Descenso del Poder:** Desciende en zigzag desde Kéter hasta Maljut, simbolizando la manifestación de la Divinidad desde lo sutil a lo denso.
   - **Significado Espiritual:** Representa la conexión divina descendente, llevando la energía desde los planos más elevados hasta el material.



- **Triadas Estructurales y Mundos Kabbalísticos:** Forma tres Triadas Estructurales en el Árbol, correspondientes a los Mundos de la Emanación, la Creación y la Formación. Maljut representa el Mundo de la Acción.

Comparaciones y Conexiones:

- **Contracción y expansión:** Se establecen paralelos con teorías científicas, como el Big Bang, donde la divinidad se contrae y luego se expande.
- **Ruptura y restricción:** La narrativa de la "rotura de los recipientes" y la restricción posterior se compara abstractamente con conceptos en cosmología donde las condiciones iniciales llevan a resultados específicos y ajustes posteriores permiten estructuras más complejas.
- **Equilibrio y desequilibrio:** Se relaciona con conceptos en física y cosmología, donde la estabilidad de sistemas complejos depende de un equilibrio delicado.

Es una comprensión profunda de la cosmogonía de la Cábala y sus implicaciones espirituales. Los caminos presentados ofrecen una rica simbología que conecta la espiritualidad con conceptos científicos y cosmogónicos. La importancia del equilibrio y la moderación destaca la necesidad de mantener la armonía entre lo divino y lo material para evitar el desequilibrio en el universo. La dualidad de los caminos refleja la diversidad de enfoques en la búsqueda espiritual. En general, presenta una perspectiva fascinante y multidimensional de la relación entre la divinidad y la creación

Estos caminos describen simbólicamente el proceso espiritual en la tradición de la Kabbalah utilizando el arquetipo del Árbol de la Vida y dos movimientos llamados "Descenso del Poder" e "Involución" representados por el "Rayo Relampagueante" y "Evolución" representada por la serpiente **Najushtan** (Paladini, 2016).

1. **Rayo Relampagueante (Descenso del Poder):**
    - El Rayo Relampagueante es como una espada de fuego que desciende en zigzag por el Árbol de la Vida desde Kéter hasta Maljut.
    - Este descenso simboliza la manifestación de la Divinidad desde lo más sutil a lo más denso, alcanzando finalmente el plano material.

2. **Serpiente Najushtan (Evolución):**
    - La serpiente **Najushtan** realiza el movimiento inverso, ascendiendo desde Maljut hasta Kéter.
    - Este movimiento representa la evolución espiritual y nos recuerda a la Kundalini Shakti buscando unirse cósmicamente con Shiva, en la tradición del hinduismo y del yoga, Kundalini Shakti se refiere a una forma de energía espiritual representada como una serpiente enrollada en la base de la columna vertebral. La palabra "Kundalini" se deriva del sánscrito y significa "enroscado", y "Shakti" significa "energía" o "poder". En conjunto, Kundalini Shakti se refiere a la energía cósmica o divina que se encuentra latente en la base de la columna vertebral y que, según la creencia, puede ser despertada a través de prácticas espirituales como la meditación y el yoga. El despertar de la Kundalini se asocia con la expansión de la conciencia y el desarrollo espiritual. Se cree que esta energía asciende a través de canales sutiles en el cuerpo, conocidos como nadis, y pasa por una serie de centros de energía llamados chakras, hasta alcanzar la parte superior de la cabeza, el sahasrara chakra, donde se logra la unión con la divinidad. Las prácticas de Kundalini Yoga están diseñadas para despertar y elevar esta energía. Sin embargo, es importante señalar que el despertar de la Kundalini es un proceso espiritual profundo y puede tener efectos poderosos en la persona que lo experimenta.
3. **Triadas Estructurales:**
    - El recorrido del Rayo Relampagueante en zigzag forma tres Triadas Estructurales en el Árbol, cada una correspondiente a un "Mundo" en la cosmología kabbalística.
4. **Mundos Cabalísticos:**
    - Las Triadas corresponden a los Mundos de la Emanación, la Creación y la Formación.
    - Maljut representa el Mundo de la Acción.
5. **Caminos de Evolución:**

    Hay dos caminos para evolucionar espiritualmente.

    - El primero, el Camino de la Iniciación, sigue la serpiente Najustán ascendiendo zigzagueante hasta Kéter.
    - El segundo, el Camino de la Iluminación o Sendero de la Flecha, asciende por el Pilar Central, de Maljut a Kéter, de manera más directa pero exigente en fe, energía y equilibrio.

He descrito el proceso de descenso divino y ascenso espiritual a través de símbolos como el Rayo Relampagueante y la serpiente **Najushtan**, en el contexto del Árbol de la Vida de la Kabbalah. Los dos caminos, el de la Iniciación y el de la Iluminación, representan diferentes enfoques para la evolución espiritual.

En la interpretación simbólica de la Kabbalah, el descenso del "Rayo Relampagueante" desde Kéter hasta Maljut y su posterior ascenso desde Maljut hasta Kéter representan procesos espirituales y cósmicos. Estos movimientos simbolizan la relación entre lo divino y el mundo material, así como el camino espiritual del individuo. Aquí hay una explicación general de los propósitos asociados con estos movimientos:

1. **Descenso del Rayo Relampagueante (de Kéter a Maljut):**
   - Propósito: Representa la emanación divina desde lo más alto (Kéter) hasta lo más bajo (Maljut), manifestando la divinidad en el plano material.
   - Significado: Este descenso simboliza la creación y la manifestación de la luz divina en el mundo físico. Es la "involución" o descenso del poder divino hacia la creación.
2. **Ascenso de la Serpiente Najushtan (de Maljut a Kéter):**
   - Propósito: Representa el proceso de evolución espiritual, el retorno del alma individual hacia la divinidad.
   - Significado: La serpiente **Najushtan**, ascendiendo por los senderos del Árbol de la Vida, simboliza el camino espiritual del individuo que busca la unión con lo divino. Este proceso implica el desarrollo espiritual, la purificación y el ascenso de la conciencia.

El propósito fundamental de estos movimientos es expresar la relación dinámica entre lo trascendental y lo inmanente, entre lo divino y lo material. En términos de desarrollo espiritual personal, representan la búsqueda de la unidad cósmica y el retorno al origen divino.

Es importante destacar que la Kabbalah utiliza un lenguaje simbólico y alegórico, y estas interpretaciones pueden variar entre diferentes escuelas y tradiciones cabalísticas. Además, la práctica de la Kabbalah a menudo implica una búsqueda personal de la conexión con lo divino y puede tener interpretaciones individuales.

En la Cábala, estos procesos representan la emanación divina desde lo más alto hasta lo más bajo (descenso) y el retorno del alma individual hacia la divinidad (ascenso). Aquí hay algunas acciones generales que podrían considerarse en el contexto de la Cábala para facilitar estos procesos:

Descenso del Rayo Relampagueante Kav:

1. **Meditación y Conexión Espiritual:**
   - Dedica tiempo diario a la meditación y la contemplación, buscando conectarte con lo divino.
   - Reflexiona sobre la presencia de la divinidad en todos los aspectos de la vida.
2. **Prácticas de Gratitud:**

- Cultiva una actitud de gratitud hacia la creación y la manifestación divina en el mundo material.
- Reconoce y agradece las bendiciones que recibes en tu vida diaria.

3. **Acciones Benevolentes:**
    - Realiza actos de bondad y servicio desinteresado para reflejar la luz divina en tus acciones.
    - Contribuye al bienestar de los demás y del mundo que te rodea.

Ascenso de la Serpiente Najushtan:

1. **Desarrollo Espiritual:**
    - Dedica tiempo al estudio y la práctica espiritual para fortalecer tu conexión con lo divino.
    - Explora enseñanzas espirituales que te inspiren y guíen tu camino.
2. **Autopurificación:**
    - Examina tus pensamientos, palabras y acciones con honestidad, buscando la purificación interior.
    - Trabaja en superar los obstáculos y desafíos que puedan surgir en tu camino espiritual.
3. **Elevación de la Conciencia:**
    - Practica la conciencia plena (mindfulness) para elevar tu nivel de conciencia.
    - Desarrolla la capacidad de ver más allá de las apariencias superficiales y percibir la presencia divina en todas las cosas.
4. **Oración y Devoción:**
    - Cultiva una práctica regular de oración y devoción para fortalecer tu conexión espiritual.
    - Expresa tu deseo de unión con lo divino a través de tus prácticas devocionales.
5. **Servicio Desinteresado:**
    - Sirve a los demás con amor y compasión, extendiendo tu conexión espiritual a través de acciones benevolentes.
    - Comparte tu luz interior con el mundo a través del servicio desinteresado.

Es importante señalar que estos son principios generales, y las prácticas específicas pueden variar según la tradición y la interpretación individual. Además, muchos practicantes de la Cábala buscan la guía de maestros espirituales experimentados en su viaje espiritual.

¿Cómo es el pilar central en las personas?

El pilar central del Árbol de la vida representa un mundo como si fuera un poema, donde cada línea cobra vida y se entrelaza con las experiencias de las personas. Se describe un viaje a través de los contrastes de la vida, incluyendo altibajos emocionales, desafíos y oportunidades. Las personas enfrentan dualidades extremas, experimentan el amor, la

furia, el consuelo y las lágrimas. A través de cada experiencia, buena o mala, aprenden valiosas lecciones, muestran resistencia y buscan la superación.

El Pilar Central de la Cábala, donde se establece una conexión profunda entre lo espiritual y lo terrenal. En este pilar se encuentran las Sefiroth **Yesod**, **Tiféret** y **Maljut**. Las dualidades y contrastes experimentados por las personas se asemejan a los desafíos y equilibrios presentes en este eje central.

Yesod es el puente entre lo terrenal y lo espiritual, reflejando la luna, que representa la personalidad y las emociones. La descripción de los altibajos emocionales y las lecciones valiosas se conecta con la influencia de **Yesod**, donde las emociones son templadas y equilibradas para acceder a un plano superior, representado por **Tiféret**.

Tiféret, simbolizado por el Sol, irradia luz y armonía a la Tierra, reflejada por Maljut. Aquí se experimentan las dualidades de la vida, se aprenden las lecciones y se busca la superación. La resistencia y la esperanza para el mañana, encuentran paralelismos con la idea de superación y equilibrio espiritual representado por **Tiféret** y su reflejo en Maljut.

El pilar central representa el viaje de las personas a través de altibajos, aprendizajes y la búsqueda de significado se asemeja a la travesía espiritual que se representa a lo largo de la Cábala. Ambos sugieren un ciclo interminable de desafíos, contrastes y lecciones, señalando la resistencia y la esperanza en medio de los altibajos de la existencia humana y espiritual.

Origen del Ego

El ego debe tomarse en cuenta; debemos utilizarlo en lugar de permitir que nos utilice a nosotros. Debemos tener mucha inteligencia, ya que el ego actúa con astucia. Nos brinda una sensación de éxito instantáneo, y si no lo tenemos bajo control, el ego puede desvanecerse. Para superarlo, la espiritualidad nos resulta útil, ya que no ofrece resultados instantáneos, sino a largo plazo. El ego se centra en el éxito a corto plazo, mientras que el alma opera con resultados a largo plazo. El ego nos ayuda a organizarnos y a dar forma a la estructura de nuestras acciones. Aprendemos a través de los retrocesos; el aprendizaje consciente a partir de ellos es lo que nos lleva a mejorar. Sin embargo, si no tenemos cuidado y observamos con detenimiento, el ego puede conducirnos a la contradicción, lo que genera disonancia cognitiva. El ego es importante y nos motiva; nos autoimpulsamos, pero esa automotivación no debe estar vinculada exclusivamente a la satisfacción a corto plazo. La automotivación no puede arraigarse en el éxtasis, ya que es en ese punto donde la espiritualidad se debilita (Gavilan Abundancia & Saban, 2023).

Liberarse del ego y buscar la iluminación espiritual, lo cual tiene una conexión con Tiféret y el pilar central que representa la luz. La búsqueda interna y un conflicto con el ego, que se manifiesta en forma de pensamientos y deseos. Es el mayor desequilibrio porque tira todo el árbol.

En la Cábala, el pilar central se considera como el camino de equilibrio, representando la iluminación y la conexión con lo divino. Esta búsqueda espiritual a menudo implica enfrentar y superar el ego, que puede ser visto como un obstáculo para alcanzar una comprensión más profunda de la existencia y la conexión con el universo.

La importancia de liberar la mente, escuchar el mundo y buscar la verdadera luz que es el equilibrio y la armonía como parte fundamental del crecimiento espiritual.

El ego se refiere a la identidad y autoconcepto de una persona. Puede manifestarse de diversas maneras, y su expresión puede variar según el contexto y la personalidad de cada individuo. Aquí hay algunas formas comunes de manifestación del ego:

1. **Ego Inflado:**
   - Una persona con un ego inflado tiende a sobrevalorarse a sí misma, exagerar sus logros y menospreciar a los demás. Busca constantemente la validación externa y busca destacarse en todos los aspectos.
2. **Ego Herido:**
   - Este tipo de ego surge cuando una persona se siente herida emocionalmente, generalmente debido a experiencias pasadas. Puede manifestarse como una sensibilidad extrema a la crítica, la tendencia a victimizarse o una resistencia a aceptar errores.
3. **Ego Competitivo:**

- Se manifiesta a través de la necesidad constante de compararse con los demás. Las personas con un ego competitivo siempre buscan ser mejores que los demás en términos de logros, estatus o apariencia.

4. **Ego Protector:**
    - Algunas personas desarrollan un ego fuerte como mecanismo de defensa. Pueden adoptar una actitud defensiva para evitar sentirse vulnerables, utilizando la arrogancia o la hostilidad como una forma de protegerse.
5. **Ego Espiritual:**
    - Puede ocurrir cuando alguien utiliza su búsqueda espiritual como una forma de alimentar su ego. La persona puede jactarse de su conocimiento espiritual, creyéndose superior o más iluminada que los demás.
6. **Ego de Superioridad Moral:**
    - Se manifiesta cuando alguien se siente moralmente superior a los demás. Pueden juzgar y condenar las acciones de los demás desde una posición de supuesta virtud moral.
7. **Ego de Víctima:**
    - Algunas personas adoptan una mentalidad de víctima, atribuyendo sus problemas y desafíos a factores externos. Este tipo de ego puede impedir el crecimiento personal al evitar la responsabilidad.
8. **Ego Social:**
    - Se refiere a la necesidad de encajar en ciertos grupos sociales o seguir normas sociales para ganar aceptación y validación. Puede llevar a la conformidad excesiva o a la supresión de la autenticidad personal.
9. **Ego de Control:**
    - Este tipo de ego se manifiesta en la necesidad de controlar a los demás y a las situaciones. La persona puede tener dificultades para delegar tareas o permitir que otros tomen decisiones.
10. **Ego Intelectual:**
    - Alguien con un ego intelectual puede buscar constantemente demostrar su inteligencia y conocimiento. Puede menospreciar a aquellos a quienes percibe como menos intelectuales.

Es importante señalar que el ego no es inherentemente negativo; es una parte natural de la experiencia humana. Sin embargo, hay que trabajarlo y existen vías para hacerlo por ejemplo la psicología u otras alternativas como la Kabbalah, el desafío está en equilibrar y gestionar el ego para fomentar relaciones saludables y un crecimiento personal positivo.

¿De dónde tomó la kabbalah el concepto de ego? Para explicar esto, retrocedamos al concepto de Tzimtzum. En cuanto a cómo era la luz infinita antes del Tzimtzum, se sugiere que en ese estado inicial, donde el tiempo no existía como lo conocemos, todo ocurría simultáneamente. En lugar de una secuencia lineal de eventos, se imagina un lugar donde todas las posibilidades coexisten al mismo tiempo. Este estado puede ser difícil de entender para la mente humana, pero se compara a veces con un estado de meditación o trance, donde la conciencia está completamente presente en el momento actual, sin



preocuparse por el pasado o el futuro. Sería un lugar donde cada momento es un todo, y todas las posibilidades se manifiestan al mismo tiempo, sin una secuencia temporal en la que los eventos ocurran. Según la Kabbalah, D-os se contrae a sí mismo para crear un espacio vacío en el cual puede surgir la creación de manera independiente. Después de esta contracción divina, aparece Adam Kadmon "Hombre Primordial", que es la luz de D-os que brilla para otros. Adam Kadmon es como el primer ser creado por D-os, y la Kabbalah sugiere que este ser no tiene género y es una energía que llena todo el universo.

En los vastos rincones del cosmos primordial, donde la luz divina danzaba en la eternidad sin fin, reside el misterio del origen, tejido en la esencia de D-os. Una historia se despliega, una danza de Sefirot, creando el Universo con su fulgor infinito.

Desde el corazón de la divinidad, emergio un vacío, llamado "Tzim Tzum", un espacio para la creación separada. Dios extendio su haz de luz, dando forma al Universo, un tapiz de estrellas y mundos, una sinfonía de vida.

En los albores de la creación, en el éter primordial donde las estrellas aún soñaban su nacimiento, yace la esencia de toda existencia. Un relato antiguo, tejido con hilos de luz y sombra, nos narra el surgimiento de Adam Kadmon, la encarnación primordial de la divinidad, creado por D-os para compartir su luz.

Adam Kadmon, un ser de resplandor inmaculado, nació de la misma esencia de D-os, portando en su ser las diez esferas divinas. Era una figura majestuosa, cuyo ser emanaba una luz que trascendía los confines del tiempo y el espacio. Su forma era una danza de pureza y perfección, un reflejo de la divinidad misma.

En su esencia, Adam Kadmon era la manifestación del universo entero, un microcosmos que contenía en sí mismo la totalidad de la creación. No estaba limitado por las fronteras del tiempo o la materia; era tanto el principio como el fin, el alfa y el omega de toda existencia.

Su ser era andrógino, sin género definido, pues abarcaba en sí mismo la dualidad de todas las cosas. Era la personificación de la unidad en la diversidad, la síntesis perfecta de los opuestos que coexisten en armonía dentro del cosmos.

Adam Kadmon, con su mirada penetrante y serena, observaba el nacimiento de las estrellas, el fluir de los ríos y el murmullo del viento. En su ser resonaban los ecos de la creación, cada latido de su corazón era una canción de amor entonada por el universo mismo.

Su propósito era ser el modelo para todas las criaturas, la fuente de inspiración divina que guiaría a la humanidad en su viaje hacia la redención. Era la vasija creada por D-os para compartir su luz, un faro en la oscuridad que iluminaba el camino hacia la verdad y la sabiduría.

Adam Kadmon representa el arquetipo del ser humano primordial, el portador de la chispa divina que reside en cada alma. Su imagen es la de un ser luminoso, cuya presencia irradia paz y armonía en todo el universo.

En su esencia, Adam Kadmon era la encarnación misma del amor incondicional, la manifestación más pura del poder creativo de D-os. Su existencia era un recordatorio de que todos estamos conectados en un tejido cósmico de luz y amor, y que nuestra tarea espiritual es descubrir esa verdad y vivirla en cada momento de nuestras vidas.

Pero el anhelo de Adam lo lleva lejos de la morada divina, explorando el infinito en búsqueda de conocimiento. Aunque Dios ruega su regreso, permite su partida, sabiendo que el viaje transformará su ser.

Por otra parte, en las sombras del cosmos, donde la luz se encuentra con la oscuridad, emerge la figura enigmática de Hasatan, el eterno antagonista, el guardián de los abismos del alma, creado por D-os.

Hasatan, cuyo nombre evoca susurros de temor y desafío, es la personificación de la oposición, la encarnación de la negación y el ego desenfrenado. Su ser está envuelto en un manto de sombras, donde la luz apenas se atreve a penetrar, y sus ojos arden con el fuego de la rebeldía.

Su presencia es como una sombra que se desliza entre los pliegues del universo, siempre al acecho, siempre buscando debilidades en el tejido de la creación. Es el instigador de la discordia, el tentador que susurra palabras de seducción en los oídos de los inocentes.

Hasatan, en su esencia, es el reflejo distorsionado de la divinidad, una versión corrompida de la luz primordial. Su figura es grotesca y retorcida, una parodia macabra de la perfección divina, y su risa es el eco de la disonancia en un mundo de armonía.

Aunque su poder es grande y su influencia vasta, Hasatan no es invencible. Su dominio se extiende solo en las grietas de la realidad, en los rincones oscuros del corazón humano. Es un desafío constante, una prueba de la voluntad y la integridad de aquellos que se enfrentan a él.

Hasatan es el catalizador del cambio, el guardián del umbral entre la luz y la oscuridad. Su presencia es necesaria para el crecimiento espiritual, pues nos desafía a enfrentar nuestras propias sombras y superar nuestros miedos más profundos.

A pesar de su naturaleza oscura, Hasatan también tiene su lugar en el orden cósmico. Es el contrapunto necesario para la creación, el yin que equilibra el yang, y su papel es recordarnos que la verdadera redención solo puede surgir del enfrentamiento con la oscuridad dentro de nosotros mismos.

En última instancia, Hasatan es un recordatorio de nuestra propia capacidad para elegir entre el bien y el mal, entre la luz y la oscuridad. Su figura nos desafía a mirar más allá de nuestras limitaciones autoimpuestas y a abrazar la totalidad de nuestra existencia, tanto la luz como la sombra, con valentía y compasión. ¿Cómo fue el encuentro de Hasatan y Adam Kadmon?

Dios envió a Hasatan a buscar a Adam Kadmon para confrontarlo con las tentaciones y desafíos que enfrentan todos los seres en su viaje espiritual. Esta confrontación era esencial para que Adam Kadmon, y por extensión la humanidad que representa, pudiera ejercitar su libre albedrío y elegir entre el bien y el mal, entre la conexión con la divinidad y la separación de ella.

En el Jardín del Edén, Adam encontro deleite y asombro, pero también la sombra de una presencia sutil. Hasatan, el ser de la oposición, se acerca sigiloso, tentando a Adam con la promesa de un conocimiento prohibido.

Adam, en su inocencia, cae en la trampa del deseo egoísta, mordiendo el fruto que separa su alma de la divinidad. Hasatan se arraigo en su ser, como una sombra oscura, y el mundo se estremece bajo el peso del ego desatado desde entonces.

Ahora, Adam se encuentra dividido, atrapado en la telaraña del ego, buscando redimirse de la oscuridad que lo consume. La tarea es ardua, la lucha interior feroz, pero la luz divina espera paciente su retorno.

En el Edén, donde la luz y las sombras se entrelazan, donde el susurro del viento se mezcla con el canto de los pájaros, donde Adam Kadmon, ser primordial, halló morada y deleite, una sombra se deslizó entre los rayos dorados del sol.

Hasatan, el eterno antagonista, se acercó sigiloso, con su sonrisa astuta y sus ojos llenos de engaño, tentando a Adam con promesas de conocimiento prohibido, instigando la duda en su corazón puro.

En el momento de la elección, Adam se vio dividido, entre el deseo de la sabiduría y la obediencia divina, entre el anhelo de explorar los misterios del universo y el deber de permanecer fiel a la voluntad de D-os.

Al morder el fruto del árbol del conocimiento, Adam liberó una cascada de consecuencias imprevistas, una fractura en su ser, una división en su alma, como la separación de la luz y la oscuridad en el amanecer.

Eva, la compañera de Adam, surgió de esta división, una manifestación de la dualidad en la creación, un reflejo de la separación interna del ser primordial, una encarnación de la lucha entre el bien y el mal.

En el evento de Eva, el destino de la humanidad se selló, con la multiplicación de seres separados, hombres y mujeres, cada uno llevando consigo una parte de la chispa divina, pero también la sombra de Hasatan, latente en su interior.

La división de Adam en Eva marcó el comienzo de una nueva era, una era de dualidad y conflicto, pero también de potencial y redención, donde cada alma enfrenta la prueba de reconciliar sus opuestos internos, y encontrar la unidad en la diversidad, la luz en la oscuridad.

Así, en el jardín del Edén, entre la belleza y el peligro, entre la promesa y la perdición, se forjó el destino de la humanidad, en la eterna danza entre el bien y el mal, la luz y la sombra, donde cada elección es una oportunidad para la transformación.

Con la llegada de Eva, la vida florece en la dualidad, y la humanidad se expande, multiplicando la tarea divina. Somos fragmentos de Adam, buscando reunirnos en la unidad, superando el ego para alcanzar la redención.

El futuro se yergue ante nosotros, un lienzo en blanco, donde nuestras decisiones trazan el destino del cosmos. En nuestras manos yace la elección entre luz y sombra, entre la conexión divina y la caída en la oscuridad.

En esta danza eterna entre el bien y el mal, debemos recordar que Hasatan acecha en las sombras, pero también la luz divina brilla dentro de cada alma, guiándonos hacia el camino de la redención.

Así que en nuestro viaje por este vasto Universo, recordemos nuestra misión de ser portadores de luz, trabajando juntos para tejer un tapiz de bondad y amor, hasta que la oscuridad se disipe ante la gloriosa aurora del alma redimida.

La redención y la conexión con la luz divina son posibles a través de nuestro trabajo en las Sefiroth y la evolución continua de nuestra conciencia. Este proceso puede ser desafiante, pero es accesible para todos aquellos que deseen emprenderlo.

El tiempo no es un límite para la posibilidad de redención. Aunque la tarea puede ser ardua, cada paso que damos hacia D-os trae beneficios al mundo y cumple nuestra misión como guardianes y herederos del Universo.

La elección de permanecer en el camino espiritual es personal, superando los desafíos y conectándonos con la luz divina, es fundamental para forjar un futuro en el que la humanidad alcance su potencial más elevado y contribuya a la armonía del cosmos.

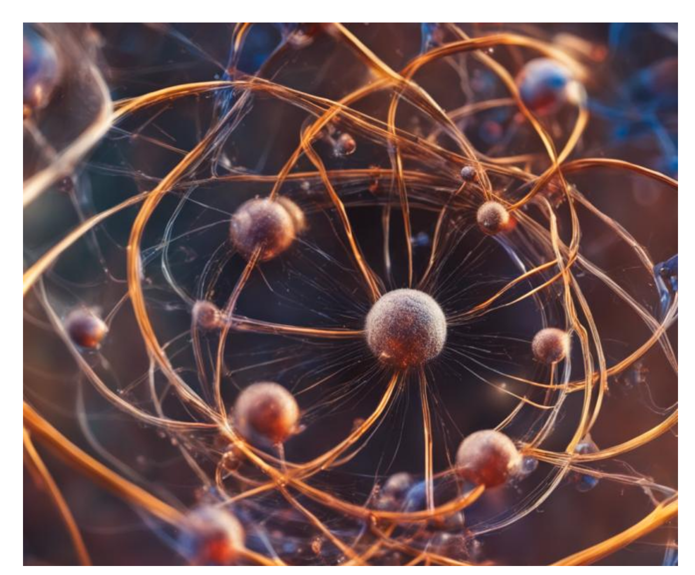
Nuestra responsabilidad es trascender las fuerzas que nos alejan de D-os, trabajar hacia la unidad espiritual y contribuir al bienestar del mundo. Cada elección que hacemos y cada



paso que damos en este viaje espiritual tienen un impacto significativo en el destino del mundo y nuestra propia redención.



¿Y la Ciencia?



Como se vería Superposición Cuántica

En un mundo donde las leyes de la física se desarrollan de una manera que desafía la intuición, un elenco de mentes brillantes se embarcó en un viaje al corazón de la mecánica cuántica. Sus descubrimientos y aventuras los llevaron al límite de la realidad, donde la probabilidad reina supremamente.

Max Born, un físico cuyo nombre estaría asociado para siempre con el concepto fundamental conocido como la regla de Born. Él fue quien desentrañó el secreto de las probabilidades cuánticas. En este mundo de incertidumbre, las partículas cuánticas como los electrones no se describen por posiciones fijas, sino por funciones de onda, que trazan un reino de posibilidades. Al aplicar la regla de Born a estas probabilidades, podían determinar la probabilidad de la presencia de un electrón en cualquier punto durante un experimento.

Pero este nuevo entendimiento vino con un problema: la mecánica cuántica no podía proporcionar predicciones precisas. Solo podía lidiar con probabilidades, dejando a los científicos como Werner Heisenberg reflexionando sobre la naturaleza escurridiza de las partículas. El Principio de Incertidumbre de Heisenberg, el más famoso de su tipo, proclamó que mientras más supiéramos sobre la posición de una partícula, menos podríamos saber sobre su momento, y viceversa.

Alguien pensó en el experimento que resolviera el misterio, el experimento de la doble rendija, un viaje cautivador hacia la dualidad onda-partícula de las entidades cuánticas. Con la sabiduría de científicos como Thomas Young y Max Planck, exploramos este fenómeno peculiar. Un haz de luz coherente atraviesa una placa con dos rendijas paralelas, revelando un secreto asombroso. La luz se comporta como ondas, creando patrones de

interferencia en una pantalla detrás de la placa. Este resultado inesperado desafía la visión clásica de la luz como partículas. Sin embargo, cuando intentaron detectar por cuál rendija pasaban las partículas, la interferencia desapareció. Era como si las partículas estuvieran conscientes de ser observadas, mostrando su dualidad onda-partícula.

La exploración de estos descubrimientos nos llevó a la humanidad al conocimiento misterioso fenómeno del túnel cuántico. Imagina una partícula enfrentando una barrera de energía aparentemente insuperable. En la física clásica, estaría atrapada, pero no en el mundo cuántico. Estas partículas desafían las probabilidades, cruzando la barrera a pesar de tener menos energía de la requerida. Esta peculiaridad cuántica alimenta fenómenos como la desintegración radiactiva, impulsa la fusión nuclear en las estrellas.
Ahora, la historia da un giro dramático mientras los científicos profundizaron en el entrelazamiento cuántico, un fenómeno que desafía la trama misma del pensamiento clásico. Mientras navegan las complejidades del entrelazamiento, sus experimentos demuestran que los sistemas cuánticos pueden estar tan entrelazados que las descripciones individuales ya no son suficientes. Esta es la característica de la mecánica cuántica a la que se refería Erwin Schrödinger, y que llevaron a propiedades contra intuitivas como la telepatía cuántica (No se pudo demostrar que algo así exista).

Pero la revelación más sorprendente es que el entrelazamiento cuántico no permite la comunicación más rápida que la luz, como establece el teorema de no comunicación.

La trama se complicó con la exploración de variables ocultas. ¿Podría haber propiedades subyacentes más allá de lo que describe la teoría cuántica? El teorema de Bell, un descubrimiento revolucionario del físico John Bell, pone a prueba los límites de las variables ocultas. A través de una serie de pruebas de Bell utilizando partículas entrelazadas, los científicos revelaron que estas teorías de variables ocultas son, de hecho, incompatibles con la física. La naturaleza parece tener un secreto que desafía el mundo clásico.

A medida que avanzamos en nuestra aventura, la humanidad nos dimos cuenta de que comprender este mundo intrincado requiere el dominio de matemáticas complejas. El álgebra lineal, las ecuaciones diferenciales y la teoría de grupos son las herramientas que guían a nuestros héroes a través del enigmático paisaje cuántico, permitiéndoles descubrir sus profundas verdades.

Esta es una historia de curiosidad y resistencia, donde los científicos se adentran en el corazón de la mecánica cuántica, enfrentando la incertidumbre y descubriendo verdades ocultas que desafían la esencia misma de nuestra realidad. Su viaje los lleva al borde de lo desconocido, donde las probabilidades dan forma al cosmos y los fenómenos cuánticos redefinen nuestra comprensión del universo (Quantum mechanics, 2023).

¿Por qué estos misterios son tan complicados, donde quedo la filosofía?

Había una época en la que el mundo de la física se sumergía en un misterio indescifrable. Un mundo de partículas subatómicas y comportamientos desconcertantes que desafiaban las percepciones tradicionales de la realidad.

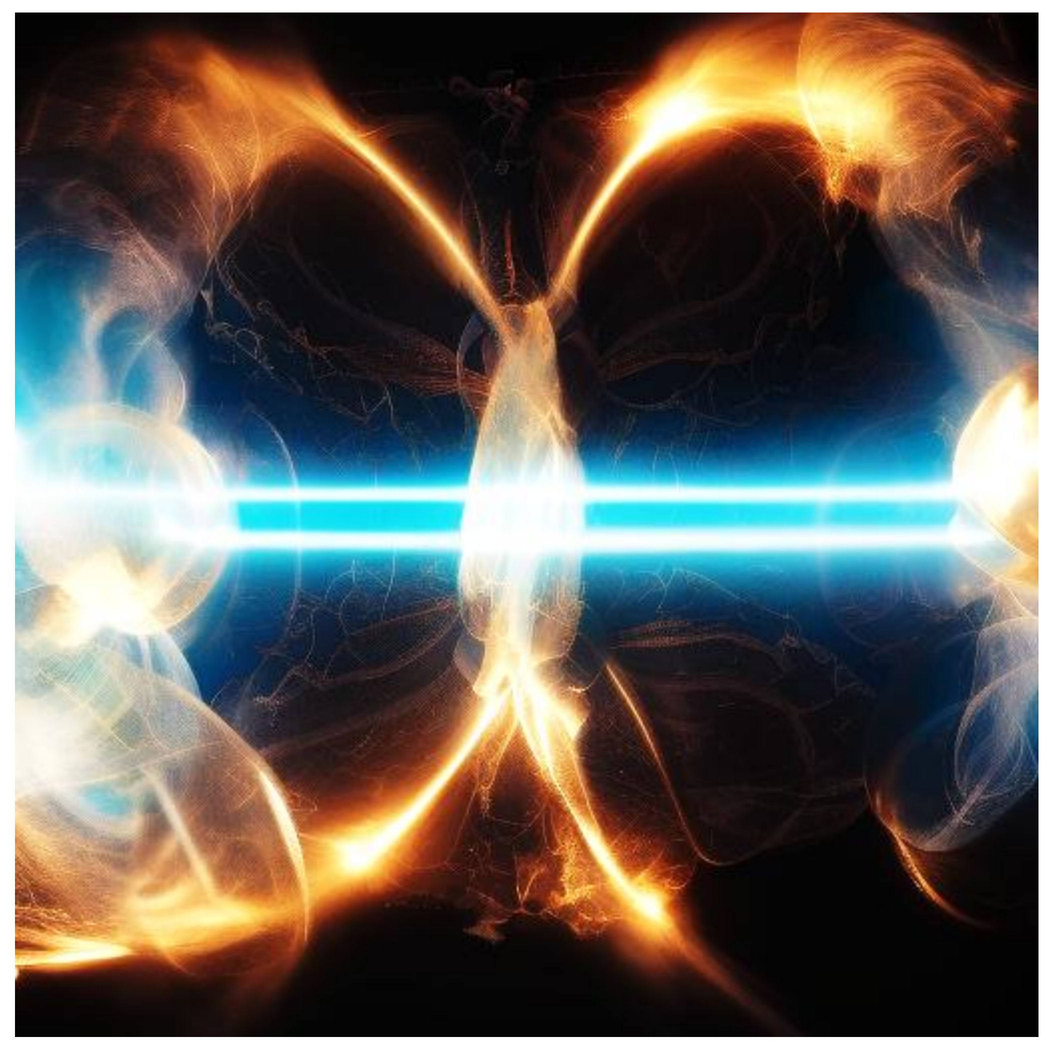
Imagina a Richard Feynman, un genio cuyas palabras resonarían a través del tiempo: "Creo que puedo decir con seguridad que nadie entiende la mecánica cuántica". Esta declaración resonaba entre los físicos y filósofos, quienes, al enfrentar los misterios de la mecánica cuántica, se encontraban en un mar de desconcierto y debate.

Entre los protagonistas de este relato se encontraban Niels Bohr, Werner Heisenberg y otros grandes de la física, quienes se agrupaban bajo la "interpretación de Copenhague". Según ellos, la naturaleza probabilística de la mecánica cuántica no era simplemente una característica temporal destinada a ser reemplazada por una teoría determinista. Más bien, era un abandono definitivo de la idea clásica de "causalidad". Esta interpretación, adoptada por distinguidos laureados con el Premio Nobel en física cuántica, como Bohr, Heisenberg, Schrödinger, Feynman y Zeilinger, defendía que cualquier aplicación concreta del formalismo cuántico debía hacer referencia a los arreglos experimentales. La naturaleza complementaria de la evidencia obtenida bajo diferentes situaciones experimentales era clave en sus teorías.

Por otro lado, Albert Einstein, uno de los padres de la teoría cuántica, cuestionaba sus principios fundamentales. Sus discusiones con Bohr, conocidas como los debates Bohr-Einstein, surgieron debido a la aparente incapacidad de la mecánica cuántica para respetar ciertos principios metafísicos queridos, como el determinismo y la localidad. Einstein argumentaba que la mecánica cuántica era una teoría válida, pero no fundamental, y que debía prohibir explícitamente la acción a distancia.

Einstein propuso que la teoría cuántica no era completa. Junto con sus colegas Boris Podolsky y Nathan Rosen, idearon un experimento mental conocido como el Paradoxo de Einstein-Podolsky-Rosen (EPR), argumentando que el principio de "localidad" sugería que la teoría cuántica estaba incompleta. Sin embargo, en 1964, John Bell demostró que este principio, junto con el determinismo, no era compatible con la mecánica cuántica. Este descubrimiento llevó a las llamadas "desigualdades de Bell", que indicaban que las partículas entrelazadas podían violar ciertas restricciones. Varios experimentos confirmaron estas violaciones, refutando la idea de que la "localidad" y el determinismo podían coexistir con la teoría cuántica.





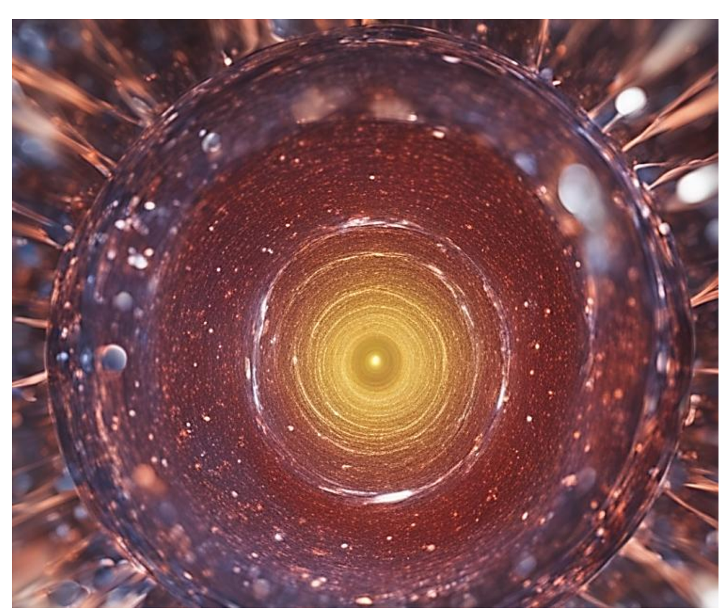
Entrelazamiento cuántico.

En este tumulto de teorías e interpretaciones, surgieron alternativas fascinantes. La mecánica bohmiana reformuló la mecánica cuántica para hacerla determinista, pero a expensas de hacerla explícitamente no local. Atribuía tanto una función de onda como una posición real a un sistema físico, con una evolución determinista bajo una ecuación de guía no local. Esta teoría resolvía el problema de la medición que desconcertaba a muchos. **En resumen la Física Clásica y cuántica pueden coexistir.**

La interpretación de muchos mundos de Everett sostenía que todas las posibilidades descritas por la teoría cuántica ocurren simultáneamente en un multiverso compuesto por universos paralelos, eliminando el axioma del colapso del paquete de ondas. Mientras el multiverso es determinista, nuestra percepción sigue siendo no determinista debido a que solo observamos un universo paralelo a la vez.

Este es un relato sobre mentes brillantes y visiones contrastantes, sobre debates apasionados y descubrimientos que desafiaron las creencias fundamentales de la física. Es

una historia sobre la búsqueda de respuestas en un mundo cuántico donde la única certeza parece ser la incertidumbre (Quantum mechanics, 2023).



Túnel cuántico. Imagina una partícula enfrentando una barrera de energía

En el vasto lienzo del universo, donde las estrellas destellan su luz después de millones de años de travesía, y los agujeros negros ocultan secretos cósmicos, la física cuántica revela un capítulo aún más extraordinario: el reino de la espuma cuántica (Pagot, 2023), una danza invisible en el aparente vacío del espacio.

En este escenario cuántico, las reglas familiares de la física clásica desaparecen, dando paso a una coreografía de partículas y antipartículas que surgen y se aniquilan en un tiempo tan corto que parece que en el vacío del espacio exterior no hay nada. Este fenómeno, conocido como espuma cuántica, desafía nuestras nociones convencionales de la realidad, llevándonos a un mundo donde el vacío está lejos de ser desolado.

Imagina el espacio como una cerveza burbujeante, donde las partículas virtuales son las burbujas que aparecen y desaparecen en la superficie. Esta analogía, ofrecida por el Dr. Don Lincoln del Fermilab, ilustra de manera intrigante cómo, en lo aparentemente vacío, la actividad cuántica bulle con vida propia.

En este intrigante ballet cuántico, las leyes de la mecánica cuántica y el principio de incertidumbre de Heisenberg entran en escena. Este último postula que no podemos conocer con precisión simultánea la posición y la velocidad de una partícula, lo que implica que el vacío nunca es realmente vacío. Siempre hay fluctuaciones, un zumbido de energía que da lugar a la efímera existencia de partículas y antipartículas.

El "Efecto Casimir" es una prueba concreta de esta actividad cuántica. Colocando dos placas metálicas en el vacío y acercándolas infinitesimalmente, se observa una fuerza de

atracción entre ellas. Esta fuerza es el resultado de la presión de las partículas virtuales que existen en el espacio entre las placas. Experimentos precisos, como los realizados en 2001, confirmaron este efecto, solidificando la realidad de la espuma cuántica.

La espuma cuántica trasciende la esfera de la física teórica; sus implicaciones son filosóficas y prácticas. Sugiere que la naturaleza aborrece el vacío de manera literal, desafiando nuestra intuición sobre la nada. Además, este conocimiento podría influir en tecnologías futuras, como la computación cuántica, donde la comprensión de estas partículas efímeras podría revolucionar la forma en que procesamos información.

En este universo de espuma cuántica, la aparente vacuidad se transforma en un escenario de actividad frenética e invisible, deslumbrándonos con la complejidad y maravilla de la realidad que se esconde más allá de lo que nuestros ojos pueden ver.



Cuerpos súper masivos curvando el espacio-tiempo la gravedad

Nacimiento de la Teoría del Todo



En un universo donde la realidad se teje entre la precisión clásica y los misterios cuánticos, un grupo de mentes brillantes se enfrenta a desafíos insondables en la encrucijada entre la física clásica y la mecánica cuántica.

Imagina un mundo donde la mecánica cuántica y sus reglas revolucionarias exigen un espacio de estados en una dimensión abstracta (Espacio de Hilbert). Pero estas reglas, si bien son una guía fundamental, no definen cuál es ese espacio o qué operadores actúan en él. La correspondencia principal, un principio heurístico, ofrece la clave para elegir el espacio y los operadores adecuados para predecir el comportamiento cuántico.

En esta danza entre la mecánica clásica y cuántica, surge la idea de cuantización. Se parte de un modelo clásico conocido y se intenta descubrir el modelo subyacente que da lugar al clásico en un límite particular. La armonía es evidente para sistemas no caóticos, pero los sistemas caóticos plantean desafíos, ya que carecen de buenos números cuánticos. El caos cuántico explora esta relación entre las descripciones clásicas y cuánticas en estos sistemas impredecibles.

En este viaje, nos encontramos con el enigma de la decoherencia cuántica, el proceso por el cual los sistemas cuánticos pierden coherencia y dejan de mostrar muchos efectos típicamente cuánticos. Las superposiciones cuánticas se convierten en meras mezclas probabilísticas y el entrelazamiento cuántico se reduce a correlaciones clásicas. Sin embargo, la coherencia cuántica rara vez se manifiesta a escalas macroscópicas, salvo en condiciones extremas, como temperaturas cercanas al cero absoluto.

Pero, ¿cómo se vincula la mecánica cuántica con la relatividad especial y la electrodinámica? Los intentos iniciales para fusionar la mecánica cuántica con la relatividad especial presentaron desafíos, resultando en ecuaciones como la de Klein-Gordon o la de Dirac. Aunque exitosas en explicar muchos resultados experimentales, presentaban desafíos al ignorar la creación y aniquilación relativistas de partículas. Para una teoría cuántica completamente relativista, se necesitó el desarrollo de la teoría cuántica de campos, que cuantifica un campo en lugar de un conjunto fijo de partículas.

La electrodinámica cuántica, por ejemplo, proporciona una descripción completamente cuántica de la interacción electromagnética. Aun así, la descripción completamente cuántica no siempre es necesaria. En muchos casos, se pueden tratar las partículas cargadas como objetos cuánticos actuados por un campo electromagnético clásico.

Sin embargo, las contradicciones entre la mecánica cuántica y la relatividad general han sido un reto formidable. A pesar de ser respaldadas por evidencia empírica, estas teorías presentan dificultades al tratar de unificarlas en un modelo coherente y consistente. La gravedad, en particular, ha sido una pieza faltante en esta unificación. A pesar de que en la física de partículas la gravedad es insignificante, la falta de una teoría correcta de la gravedad cuántica es crucial en la cosmología física y en la búsqueda de una "Teoría del Todo".



Dos propuestas para esta unificación se presentan como teorías candentes: la teoría de cuerdas y la gravedad cuántica de bucles. La teoría de cuerdas sostiene que las partículas puntiformes son reemplazadas por objetos unidimensionales llamados cuerdas. Estas cuerdas interactúan y se propagan en el espacio, sugiriendo que una de sus vibraciones corresponde al gravitón, la partícula cuántica responsable de la fuerza gravitacional.

Por otro lado, la gravedad cuántica de bucles describe las propiedades cuánticas del espacio-tiempo, mostrando cómo el espacio mismo está compuesto por "bucles" finitos. Esta teoría describe cómo estos "bucles" evolucionan en el tiempo, lo que se denomina "espuma de espín".

El escenario para una teoría unificada, una "Teoría del Todo", continúa siendo una epopeya de desafíos y descubrimientos en el mundo de la física moderna. Este relato es sobre la exploración de límites, sobre la búsqueda de respuestas que unifiquen dos pilares fundamentales de nuestra comprensión del cosmos. (Quantum mechanics, 2023)

Dios

Un ser supremo, como D-os, en esta narrativa que es un ser omnisciente, la Mecánica Cuántica misma, simboliza la omnisciencia y la sabiduría de D-os, la existencia de lo aleatorio en el mundo cuántico podría ser un reflejo de la creación de D-os, incluso siendo omnisciente.

En la Cabalá, se considera que D-os, a pesar de su omnisciencia, permitió la coexistencia de lo divino y lo material, otorgando libre albedrío y, en cierto sentido, permitiendo que la creación siga su curso, lo cual incluiría el ámbito de lo cuántico.

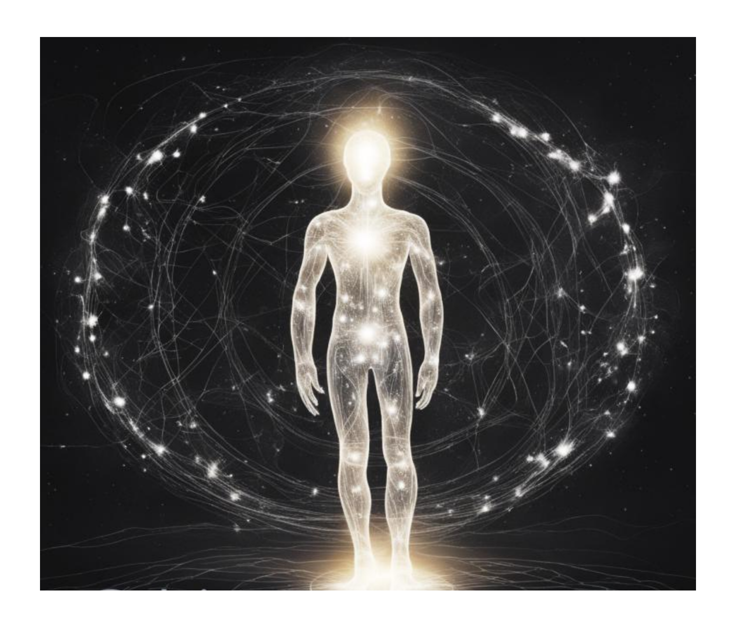
La noción de lo cuántico, donde las partículas se comportan de manera indeterminada, puede interpretarse como parte de la maravillosa creación de D-os. Sus fenómenos, aunque son difíciles de entender y predecir, reflejan la asombrosa complejidad y diversidad que D-os ha dispuesto en el cosmos, otorgando a su creación una diversidad infinita, lo cual incluye aspectos aparentemente aleatorios.

De manera análoga a D-os, revela estos misterios al ser humano permitiendo la experimentación y observación de dichos fenómenos. Esta acción refleja cómo, a pesar de la capacidad de D-os para comprender todos los aspectos del universo, opta por compartir solo parte de ese conocimiento con sus creaciones. Como nosotros creaciones de D-os somos capaces de percibir solo una parte del vasto conocimiento y la magnificencia del universo.

Así, el relato de las historias de la Mecánica Cuántica sugieren que, aunque D-os es omnisciente, la aleatoriedad cuántica podría ser una manifestación de la inmensa



creatividad, diversidad y complejidad del plan divino para el universo. Estos misterios incomprensibles y hermosos, a pesar de su complejidad, pueden estar alineados con los conceptos cabalísticos de la maravillosa creación y su entrelazamiento con lo divino.



Si se aborda desde la perspectiva de un ingeniero que construye los bloques del universo, se podría deducir que D-os, en su rol de creador y diseñador del universo, ha incorporado estas propiedades cuánticas para dotar al mundo de una diversidad asombrosa y complejidad insondable.

Describe un mundo de lo diminuto, con partículas y entidades subatómicas que se comportan de manera extraña e impredecible en comparación con el mundo macroscópico que experimentamos en la vida cotidiana. La analogía de los bloques diminutos con los que se construye todo, introduce la noción de que el universo se edifica desde una escala microscópica hasta una macroscópica. Esto podría sugerir que D-os diseñó el universo con una inmensa complejidad, permitiendo la existencia de un mundo con propiedades y reglas fascinantes, ocultas a simple vista.

La dualidad onda-partícula, que describe cómo las partículas pueden comportarse tanto como ondas como partículas, ilustra una versatilidad asombrosa en la naturaleza misma de las cosas. Esto podría indicar que D-os diseñó un universo en el que las reglas no son fijas, permitiendo la flexibilidad y adaptabilidad en las propiedades de la materia.

El concepto del "túnel cuántico" se presenta como un fenómeno sorprendente en el que las partículas pueden superar barreras aparentemente insuperables. Esto podría interpretarse como una metáfora de cómo D-os ha permitido que la naturaleza tenga la capacidad de trascender límites aparentes, otorgando a las partículas la posibilidad de atravesar obstáculos.



La idea de la "conexión" cuántica o la entrelazamiento, donde las partículas parecen influenciarse entre sí sin importar la distancia que las separa, sugiere una interconexión intrínseca en el tejido del universo, posiblemente reflejando la omnipresencia y la interrelación de todas las cosas en la creación divina.

En general, esta analogía podría insinuar que D-os, en su sabiduría infinita, ha creado un universo no solo asombroso, sino lleno de misterios y posibilidades infinitas, desafiando la comprensión humana y permitiendo la exploración y evolución continúa del conocimiento y la sabiduría.

Las Matemáticas y la Búsqueda Trascendental: Explorando la Relación con lo Divino

Las matemáticas, ese lenguaje universal que parece describir la estructura misma del universo, han fascinado a la humanidad desde tiempos inmemorables. A medida que exploramos los intrincados patrones y las leyes subyacentes que rigen nuestro mundo, nos encontramos con la intrigante cuestión de si hay una conexión entre las matemáticas y lo divino. ¿Puede el tejido abstracto de los números y las fórmulas estar de alguna manera entrelazado con la existencia de un ser supremo?

Uno de los aspectos más notables de las matemáticas es su capacidad para proporcionar una comprensión precisa y predecible del mundo que nos rodea. Desde las ecuaciones que describen el movimiento de los planetas hasta las complejas fórmulas que gobiernan la mecánica cuántica, las matemáticas ofrecen una ventana a la coherencia intrínseca del universo. Esta precisión y regularidad llevan a algunos a preguntarse si hay un diseñador detrás de estas estructuras matemáticas, si las leyes del universo son un reflejo del pensamiento divino.

Un área donde la conexión entre las matemáticas y lo divino ha sido explorada es a través del argumento ontológico, que intenta demostrar la existencia de D-os a través de la razón pura. Históricamente, filósofos como Anselmo de Canterbury y, más recientemente, Kurt Gödel, han utilizado argumentos lógicos y matemáticos para abordar la existencia de un ser supremo. Gödel, en particular, desarrolló un argumento basado en la lógica modal y la teoría de conjuntos, planteando la posibilidad de la existencia de D-os como una verdad necesaria.

La idea de que D-os es un matemático supremo también se refleja en la famosa cita de Galileo Galilei: "La naturaleza está escrita en lenguaje matemático". Este enfoque sugiere que las matemáticas son la clave para descifrar los misterios de la creación, como si D-os hubiera codificado el universo con un lenguaje matemático que espera ser descifrado por la mente humana.

Sin embargo, hay quienes argumentan que la conexión entre las matemáticas y lo divino es más simbólica que literal. Las matemáticas, en este punto de vista, no revelan



directamente a D-os, sino que ofrecen un medio para que los seres humanos exploren y comprendan la grandeza y la complejidad del universo. Las simetrías, los patrones y las estructuras matemáticas pueden considerarse manifestaciones de la belleza divina, una forma en la que la mente humana puede contemplar la perfección inherente a la creación.

En última instancia, la relación entre las matemáticas y D-os es un tema de especulación filosófica y reflexión personal. Las matemáticas pueden ser vistas como una herramienta que nos acerca a la comprensión de lo divino, una puerta de entrada a la contemplación de la perfección y la armonía en el cosmos. Ya sea que veamos las matemáticas como un reflejo de la mente divina o simplemente como una herramienta humana para comprender el orden del universo, su papel en nuestra exploración del significado trascendental es innegable. En última instancia, las matemáticas pueden ser tanto una vía para acercarnos a lo divino como una forma en que la mente humana busca dar sentido a la maravilla del cosmos que habitamos.

Entender el cosmos a través de las matemáticas es como una conversación en un lenguaje que no todos entienden, pero nos lleva a explorar algunas ideas interesantes. Vamos a simplificar los puntos clave sobre como pensaba Gödel:

1. **Todas las Cualidades:**
    - Se sugiere que todas las cualidades son positivas o su negación. ¿Pero esto es siempre cierto?
    - Pensemos en ser verde o no ser verde. No tiene mucho sentido decir que uno es más positivo que el otro. Lo mismo ocurre con cualidades morales como "ayudar a los demás" o "ser indiferente". Lo que nos dice que esta idea no siempre funciona, ¡y eso es interesante!
2. **La Existencia es Positiva:**
    - Se plantea que existir es siempre positivo. Pero, ¿qué pasa con cosas negativas como la guerra o violaciones de derechos humanos? Aquí, nos hace pensar si la existencia es siempre algo bueno.
3. **Confusión sobre la Existencia:**
    - Se sugiere que si nombramos un grupo que "necesariamente tiene la propiedad de la existencia", entonces automáticamente existe. Pero, ¿es tan simple?

Gödel tiene algunas ideas complicadas. Penso que al definir un grupo con la propiedad de existir, este grupo automáticamente existe. ¡Pero no es tan fácil! La existencia de estos grupos definibles es un problema, y otro matemático llamado Fraenkl que fue un lógico y matemático alemán, quien fue posteriormente nacionalizado israelí, propuso una solución llamada axioma de sustitución.

Gödel nos hace pensar, y sus ideas pueden parecer extrañas, pero es parte de la magia de explorar conceptos matemáticos profundos. Además, otros como Raymond Merrill Smullyan quien fue un matemático, sabía hacer trucos de magia, pianista de conciertos,

lógico, taoísta y filósofo estadounidense exploro ideas similares y llego a conclusiones interesantes, ¡como la existencia o no existencia de un "demonio" que represente todas las imperfecciones!

Es como un viaje matemático emocionante, ¿verdad? ¡Hay más por descubrir si te interesa explorar aún más! Antes de continuar con el teorema de tenemos que identificar lo siguiente:

En esta demostración:

- **T:** Corresponde a la afirmación en la que se establece que las propiedades positivas son posiblemente ejemplificadas.
- **D:** Representa las declaraciones o premisas específicas que forman parte de la argumentación de Gödel. Cada número asociado a "D" indica una premisa específica en la argumentación.
- **C:** Se refiere a la conclusión de una afirmación o proposición. En este contexto, se utiliza para indicar que, posiblemente, D-os existe.
- **A:** Indica una afirmación o proposición específica en la argumentación de Gödel.

A continuación de muestro el Teorema de Gödel con el que intento refutar la existencia de D-os matemáticamente (Pozas, 2021):

A1: O bien una propiedad o su negación es positiva, pero no ambas.

A2: Una propiedad necesariamente implicada por una propiedad positiva es positiva.

T1: Las propiedades positivas son posiblemente ejemplificadas.

D1: Un ser parecido a D-os posee todas las propiedades positivas.

A3: La propiedad de ser parecido a D-os es positiva.

C: Posiblemente, D-os existe.

A4: Las propiedades positivas son necesariamente positivas.

D2: Una esencia de un individuo es una propiedad poseída por él y que implica necesariamente cualquiera de sus propiedades.

T2: Ser parecido a D-os es una esencia de cualquier ser parecido a D-os.

D3: La existencia necesaria de un individuo es la ejemplificación necesaria de todas sus esencias.



A5: La existencia necesaria es una propiedad positiva.

T3: Necesariamente, D-os existe.

En esencia, la demostración buscaba establecer la posibilidad de la existencia de D-os mediante la lógica matemática y las propiedades positivas. Se basaba en la idea de que ciertas propiedades, al ser positivas, pueden posiblemente ser ejemplificadas, y concluye con la posibilidad de la existencia de un ser similar a D-os. La estructura de la demostración se compone de afirmaciones, premisas y conclusiones que se entrelazan para respaldar la posibilidad de la existencia divina, desafortunadamente esta demostración se puede aplicar a otras entidades, como Thor, ¡Creer en D-os es simplemente una cuestión de Fe! ¡Y una experiencia única de cada persona! Pero los seres humanos tenemos mucha curiosidad.

¿Qué sabemos del Universo realmente y como lo usamos?

Llegado a este punto te lo diré sarcásticamente del Universo sabemos ¡Mucho! ¡Pero mucho que casi no nos dice nada! Pero hemos tenido a pesar de ello grandes avances tecnológicos beneficiosos. Ejemplo:

El uso de los grandes conocimientos en diferentes campos, como el descubrimiento y la comprensión de las propiedades de las microondas, han sido fundamentales para desarrollar avances tecnológicos significativos que impactan diversas áreas de nuestras vidas. Las microondas, que son una forma de radiación electromagnética, han sido aprovechadas de maneras muy creativas e innovadoras.

En el ámbito científico, se utilizan para la detección de partículas, como en el campo de la física y la astronomía. En la física, los científicos las emplean para estudiar las partículas subatómicas, como los electrones y los fotones. En astronomía, las microondas han sido cruciales para entender el cosmos, permitiendo investigaciones en campos como la radiación cósmica de fondo, que es una radiación de microondas presente en todo el universo, y para estudiar la formación de galaxias.

Además, en aplicaciones más prácticas, las microondas se utilizan en la vida cotidiana. Por ejemplo, los hornos de microondas calientan los alimentos de manera rápida y eficiente. Este invento ha revolucionado la forma en que preparamos nuestra comida, brindando comodidad y ahorro de tiempo en la cocina.

En resumen, el ingenio humano y la comprensión de las microondas han permitido una diversidad de aplicaciones. Desde la investigación en ciencias fundamentales hasta las comodidades cotidianas en nuestros hogares, el aprovechamiento de estos conocimientos ha tenido un impacto significativo en la sociedad y en nuestra comprensión del mundo que nos rodea.

Pero que más sabemos a continuación, resumiré y ampliaré algunos de los puntos clave:

- **Diseño del Universo y Complejidad:** Desde la perspectiva de la Mecánica Cuántica, se sugiere que el universo está diseñado de manera intrincada, con propiedades sorprendentes como la dualidad onda-partícula y el túnel cuántico. Estos fenómenos desafían nuestra comprensión y presentan un universo vasto y enigmático que aún no hemos descubierto por completo.

- **Sentimientos de Soledad y Búsqueda de Significado:** Las ideas cuánticas pueden generar sentimientos de soledad y fragilidad, ya que muestran un mundo en el que las reglas no son fijas y la realidad puede ser impredecible. Esto puede interpretarse como una expresión de la incomprensión y la búsqueda de un propósito en un mundo que a veces parece hostil o incomprensible.

- **Exploración Constante:** La humanidad se encuentra en un viaje de exploración y comprensión constante, tanto en el mundo físico de la Mecánica Cuántica como en el mundo de las emociones y la introspección. A pesar de la complejidad del universo, la búsqueda de conocimiento, comprensión y conexión con los demás es una parte fundamental de nuestra existencia.

- **Dualidad y Equilibrio:** La dualidad y el equilibrio entre opuestos son temas recurrentes tanto en la Mecánica Cuántica como en la reflexión filosófica y religiosa. Estos contrastes reflejan la diversidad y complejidad de la existencia humana.

- **Evolución e Importancia de las Emociones:** La idea de la evolución desde formas de vida más simples hacia la humanidad destaca la importancia de las emociones, el amor y la compasión en la experiencia humana, incluso antes del desarrollo de la mente intelectual.

- **Dilemas Éticos y Espirituales:** La dicotomía entre pecado y redención, creer o no creer, y la búsqueda de la liberación frente a las normas establecidas refleja los dilemas éticos y espirituales que enfrenta la humanidad.

- **Libre Albedrío:** Se destaca la importancia del libre albedrío, lo que implica la capacidad de elección y toma de decisiones en la vida de cada individuo.

En conjunto, resalta cómo los conceptos de la Mecánica Cuántica pueden evocar reflexiones sobre la complejidad y la dualidad de la existencia humana, así como la búsqueda de significado en un universo que, si bien puede ser misterioso y desafiante, ofrece oportunidades continuas para la exploración y la comprensión. Además, subraya cómo estas ideas pueden ser interpretadas desde diversas perspectivas, incluyendo la religión, la filosofía y la ciencia.

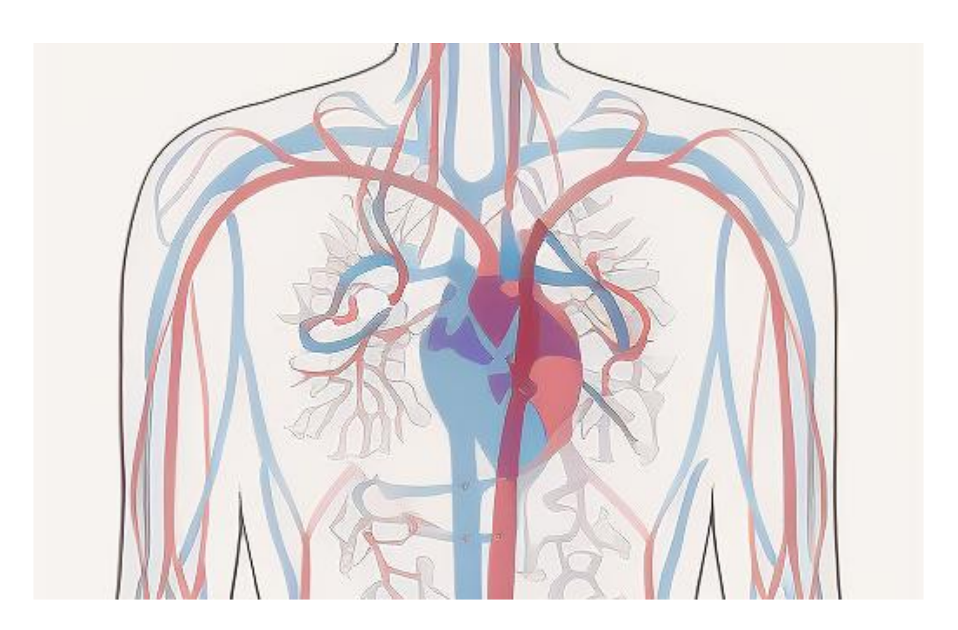
Tiféret y el equilibrio del alma (Mente y Corazón)

El Dr. Francisco Marchetti, (Marchetti, Mario Sabán, 2023) estudia la conexión entre la Cábala, la ciencia y la espiritualidad. El Dr. Marchetti explica que su interés por la Cábala surgió a través de la literatura de Borges y su investigación en biología molecular.

Exploró la relación entre la progesterona y la embriogénesis desde una perspectiva cabalística, en sus estudios el foco principal es el corazón, mostrando la unión entre la ciencia médica y la espiritualidad.

El Dr. Marchetti destacó la importancia de unir la ciencia con la espiritualidad, indicando que la Cábala y la mística hebrea influyen no solo culturalmente, sino también en el avance científico. Esta unión entre la ciencia y la mística hebrea es un tema apasionante que plantea una sólida analogía entre la ciencia y la espiritualidad judía.

En su análisis, menciona a Abraham Abulafia, un cabalista de la Edad Media, que resaltó la importancia de la sangre en la creación humana, destacando su forma circular. Además, señala la etimología de la palabra "sangre" en hebreo, relacionándola con los canales de circulación.



El Dr. Marchetti enfatiza cómo la biología y la Cábala están conectadas desde tiempos antiguos, señalando la relación entre la palabra "Dám" (que significa "sangre") y su conexión con la letra hebrea "alef". También menciona que la sangre, formada por glóbulos, tiene una fuerte relación con la palabra "dam" en hebreo, que está relacionada con los canales de circulación.

Nos lleva al corazón de la historia, presentando el legado de Abraham Abulafia, un cabalista del siglo XIII que hizo una afirmación sorprendente. Abulafia, proveniente de

Zaragoza, mencionó que la primera realidad creada por D-os en el ser humano fue la sangre, describiéndola como de forma circular, algo que resuena de manera inquietante con descubrimientos científicos actuales.

La narrativa se entrelaza con fascinantes coincidencias etimológicas. Miguel Servet sugería que el término "sangre" en hebreo, que es "dam" su valor es 44 en gematría, de ahí concluyo conecta con los canales ida y vuelta basándose el árbol de la vida que tiene 22 caminos, y en el ser humano son también 22 canales ida y vuelta en el sistema circulatorio, en total son 44. Resulta asombroso el descubrimiento del judío converso Miguel Servet, quien fue quemado vivo por Calvino y que, siglos después, identificó la circulación sanguínea.

El Dr. Marchetti revela un enigma en el desarrollo embrionario, donde un grupo celular específico se asienta en el corazón, no asociado con las células musculares del corazón, sino con una identidad perfecta con células del sistema nervioso central. Este encuentro de células nerviosas en el corazón despierta interrogantes sobre la transferencia de información cerebral durante trasplantes cardíacos, sumergiéndonos en un territorio inexplorado donde la tradición de la Cábala se conecta con el pensamiento y la conciencia.



Esta interacción entre la Cábala y la biología revela una comprensión profunda y revolucionaria. Muestra cómo, a pesar de las circunstancias médicas en las que una persona se encuentra en estado de coma, la tradición cabalística sugería seguir hablando al paciente, ya que el corazón seguía funcionando, posiblemente manteniendo la esencia de la persona, en la Cábala está práctica era común, y esto tiene relación con que una persona puede estar en coma, pero el corazón funciona porque no puede estar sin cerebro el corazón, algo sigue funcionando, ¿está pensando el corazón?, en cierto modo se interpreta como si siguiera mandado una señal al cerebro, esto se cree que conexión enigmática de ida y regreso en la información que circula de uno al otro.

El Dr. Marchetti menciona otro hallazgo las células de Purkinje ubicadas en el área occipital del cerebro y su relación con el corazón. Señala que el corazón tiene su propio "cerebro" con más de 60,000 neuronas, permitiéndole funcionar de manera autónoma incluso si el cerebro central deja de operar. Esto conlleva la idea de que, incluso en situaciones donde una persona está en coma, el corazón continúa funcionando y procesando información, lo que está alineado con la tradición cabalística de seguir hablando con la persona que está inconsciente, ya que el corazón aún está activo y "pensando".

Este diálogo muestra la interconexión entre la Cábala, la biología y la actividad cerebral y cardiaca, proponiendo una visión integral de la vida y la conciencia desde una perspectiva que integra tanto la ciencia como la espiritualidad.

Destaca que, contrariamente a lo que se podría pensar, el corazón envía más estímulos al cerebro que el cerebro al corazón, lo que desafía las creencias convencionales. Menciona que esta relación está relacionada con la presencia divina y la importancia de mantener el equilibrio en el corazón.

El Dr. Mario Saban un gran cabalista nos habla sobre la belleza real y cómo representa el equilibrio entre dar y recibir, lo que se puede aplicar al corazón y su necesidad de equilibrio entre dos conceptos cabalísticos: GC (**Gevurá**, la fuerza restringente) y Géburá (la fuerza expansiva). Esto se relaciona con la autoestima de una persona y su capacidad de dar y recibir, lo que puede medirse en términos de felicidad.

Explorando la importancia de dar y recibir y cómo esta interacción se refleja tanto en la espiritualidad como en la biología. Se destaca la necesidad de equilibrio en el corazón y cómo esto se relaciona con la solidaridad y la distribución equitativa de la sangre en el cuerpo.

El Dr. Marchetti explora la importancia del equilibrio, la autoestima y la solidaridad tanto en la espiritualidad como en la biología, y cómo estos conceptos están relacionados con el funcionamiento del corazón y la vida en general.



El Dr. Marchetti encontró una correlación que en las primeras etapas de la formación de un ser humano en el útero de la madre con la cábala, cuando el “embrión llega a la pared del endometrio materno; este fenómeno suele producirse entre los 6 y 10 días desde la fecundación” (natalben, 2023).

Los primeros quince días un embrión toma estructura, lo genial ocurre el día 16 cuando surge algo increíble la primera energía, algo ocurre la energía a la corazón bajo la **Yesod**, el primer latido del diminuto corazón del embrión, es la presencia divina y después al día 20 unos días después la sangre circula ya en todo el organismo, lo increíble el día 21 termina la formación en el 21 del Triángulo Celestial, en el tetragrama, **י** (Yod) + ה (He) + **ו** (Vav) = 21, de ahí empieza la materialización del día 25 “comienza a formar el tubo neuronal, las extremidades, el tubo digestivo, pulmones, riñones e hígado, etc.” (clinicasabortos, 2023) para llegar a la semana 26 el bebé ya tiene ciclos de sueño y vigilia, el “tejido graso subcutáneo y que el feto esté rodeado de líquido amniótico prácticamente por completo” (inatal, 2023) desde las 26 semanas en adelante, que mejor momento para una ecografía 3D/4D**. En el proceso de formación del embrión encontró que las etapas más importantes ocurren en los primeros días 10, 15 y 21 y en la semana 26 es cuando ya se formó casi por completo el embrión.**

A partir del día 16 se constituye un ser humano como un golem que es algo amorfo, un cigoto que significa “amorfo”, todos nacemos como golem como marca la tradición cabalística exactamente.

La coincidencia es que estos números cabalísticos son parte del nombre de D-os es יהוה en la lengua hebrea cada letra tiene un valor:

י=10
ה=5
ו=6

De modo que al formar un triángulo que suma 72:

26 יהוה
21 יהו
+ 15 יה
10 י
72

Eso como recordaremos es el triángulo celestial.

El Dr. Marchetti afirma la presencia de un grupo celular misterioso en el corazón durante la embriogénesis, que se asemeja a células del sistema nervioso central. Esto lleva a la noción de que trasplantar un corazón puede transmitir información cerebral a la persona receptora. Además, hacen hincapié en la tradición cabalística que sugiere que el corazón piensa, relacionándolo con la teoría de que el pensamiento ocurre no solo en el cerebro, sino también en el corazón y el sistema gastrointestinal.

El papel del corazón en la vida es de gran importancia en la existencia, reflejando analogías entre las enseñanzas cabalísticas y la biología. Se enfatiza que la esencia de la vida está en el corazón, y se menciona el papel del "Soplo" o "Chispa divina" en el corazón del embrión como un punto clave en el desarrollo.

Menciona cómo el corazón, al distribuir la sangre equitativamente por el cuerpo, refleja el principio de solidaridad y equidad. Se hace una comparación entre las cualidades de una persona y la forma en que la sociedad valora la bondad, aludiendo a la idea de que tener un "buen corazón" representa una cualidad noble en las personas.

El Dr. Marchetti plantea el papel del trasplante de órganos, la transferencia de memoria y la información que podría alojarse en los órganos donados. Se explora la posibilidad de trasplantar información del donante al receptor, planteando cuestiones éticas y de identidad.

Argumenta que las células tienen memoria, lo que puede influir en los cambios conductuales después de un trasplante. Se destaca la importancia de la memoria celular en el sistema inmunológico y el impacto en el comportamiento de un paciente tras un trasplante.

La presencia divina en el corazón y las emociones. Explora cómo estas emociones impactan el cuerpo, especialmente en la contracción y expansión del corazón, y la relación entre las emociones y las glándulas endocrinas.



También las enfermedades sanguíneas desde una perspectiva cabalística cuyo el origen atribuye su surgimiento desde la embriogénesis, relacionándolo con la colocación errónea de energía en las células madres que generan la sangre (Marchetti, Mario Sabán, 2023).

Ahora analicemos Tiféret en relación con los conceptos biológicos y espirituales discutidos. A continuación, se resumen las conexiones entre **Tiféret** y los temas mencionados:

1. **Tiféret como centro del Árbol de la Vida:** Esto se relaciona con la idea de equilibrio y armonía, donde se busca un equilibrio entre la espiritualidad y la ciencia, la biología y la energía, y la mente y el corazón.
2. **Tiféret como lugar de presencia divina:** Se asocia a menudo con la presencia divina en la Cábala. Se hace referencia a la presencia divina en el corazón, que se relaciona con la noción de **Tiféret** como un punto central y equilibrado en el cuerpo humano y el universo.
3. **Emociones y Tiféret:** Se relaciona con las emociones equilibradas y la comprensión espiritual. Se mencionan las emociones del corazón y su influencia en el cuerpo y el cerebro. **Tiféret** representa el equilibrio de las emociones, lo que sugiere una relación con el corazón y las emociones mencionadas en la charla.
4. **Relación entre Tiféret y la memoria celular:** Aunque no se menciona directamente, la noción de memoria celular y la influencia de las energías y emociones en el cuerpo humano se pueden relacionar con **Tiféret** como un punto de equilibrio y armonía en la Cábala.

La enfermedad (Villagrasa, 2013), en su esencia, es el resultado de un conflicto entre el alma y la mente, y que para erradicarla se requiere un esfuerzo espiritual y mental.

Cábala es una herramienta de sanación que puede equilibrar el alma y, por ende, tener un impacto positivo en la salud física. Además, Dr. Marchetti señala que la Cábala ha influido en la medicina y la investigación de los orígenes psicológicos y espirituales de las enfermedades.

Tiféret se relaciona con el equilibrio y la sanación, convirtiéndola en elemento esencial para la salud.

El estudio de la Kabbalah, tiene también como objetivo proporcionar una felicidad total y absoluta. Esta búsqueda de la felicidad se vincula directamente con la comprensión y conexión con los aspectos espirituales y metafísicos de la existencia. La idea central es que la infelicidad en la vida de muchas personas puede deberse a la falta de herramientas y conocimientos que les permitan controlar eventos, conectar con el mundo espiritual y alcanzar una comprensión más profunda de la esencia del Creador.

La Kabbalah se presenta como una herramienta poderosa para influir en diversos aspectos de la vida. Al estudiarla, se adquieren habilidades para manejar eventos y situaciones de una manera más consciente y equilibrada. Esta conexión con el mundo espiritual no solo



proporciona perspectivas más amplias sobre la existencia, sino que también abre puertas a niveles superiores de conciencia y entendimiento.

La clasificación de las almas en cinco tipos distintos (nefesh, ruaj, neshama, haya, yehida) representa un marco que describe las diversas dimensiones del ser humano. Desde el nivel más básico de alma vegetativa y animal (nefesh) hasta la conexión más profunda con la esencia divina (yehida), esta jerarquía refleja la complejidad y la riqueza de la experiencia humana, el alma está, de alguna manera, diseñada en cinco niveles de conciencia diferentes. Es decir, que cuando hablamos del alma, no se refiere a una sola conciencia, a continuación los 5 niveles del alma son (Terol & Sabán, 2023) (Alles, 2023):

- **Nefesh (alma vegetativa y animal):** Representa la parte más básica y fundamental del ser, relacionada con la vitalidad y las funciones básicas de la vida. Es el núcleo básico del ser humano, responsable de las funciones automáticas y vitales del cuerpo, como la respiración y la digestión. Representa el impulso primario y puro, el deseo elemental de satisfacer necesidades, el alma animal es nuestra conciencia corporal. Si me golpeo un dedo y me duele, eso se llama conciencia corporal. Durante la adolescencia, evoluciona hacia Ruaj.
- **Ruaj (alma emocional):** Luego, tenemos un nivel de conciencia emocional, donde tenemos amistades, una relación de pareja, varios tipos de lazos sociales. En esa conciencia sentimental, puedo sufrir aunque físicamente no sienta nada de manera sensible. Eso sería la conciencia cardíaca o la conciencia del nivel de Ruaj, que en hebreo se conoce como el cuerpo emocional, que se refiere al espíritu. Se refiere a la esfera emocional y afectiva del individuo, abarcando un rango amplio de sentimientos y estados de ánimo. El alma comienza a adentrarse en conceptos más profundos y emocionantes, comprendiendo el poder de las palabras y las repercusiones de nuestras acciones. Aquí surge la toma de decisiones consciente y la comprensión del sufrimiento, lo que lleva al desarrollo de la responsabilidad y la empatía.
- **Neshama (alma intelectual):** Luego, tenemos la conciencia real del alma en su subjetividad. Los cabalistas mencionan que se aloja en la mente. Por eso, cuando alguien muere, el alma sale de la cabeza, no del corazón ni de ninguna otra parte. Esto es el nivel del alma, que es la conciencia de identidad subjetiva. Es un poco difícil de explicar, porque no es la identidad del sujeto en esta realidad, sino del sujeto que fue (postmortem). En la Cábala (Terol & Sabán, 2023) sabemos que experimentamos la rotación de las almas. Que cada persona tuvo varias vidas anteriores, básicamente es lo que habitualmente se conoce como reencarnación. Es decir, la reencarnación como una experiencia, no es una cuestión de dogma o de fe, es algo que conocemos, que vivimos, que experimentamos (Terol & Sabán, 2023). Por eso, por ejemplo, las personas que no tienen experiencia de vidas pasadas no se les explica, porque no pueden comprenderlo. La neshama es el nivel mental, que no es la mente sino dentro del cerebro, donde se aloja la identidad de rotación del alma. Ahí tenemos la identidad del ADN espiritual (Terol & Sabán, 2023) con el que venimos aquí a este mundo material, que es una energía la más

poderosa. Tenemos la conciencia real de lo que venimos a hacer aquí, el karma. Pero es un karma que es como una situación de rectificación o Tikun. Donde el alma siempre está aprendiendo desde su potencia de identidad, porque queda claro que sabe quién es y qué viene a hacer. O sea, en este nivel de conciencia, el alma sabe perfectamente quién eres, inclusive sabe a quién conociste en otras vidas. La neshama es un nivel muy profundo, porque sabe a quién conocíamos y el camino que está tomando, y en los errores que está tomando de ese camino. Debemos de tener cuidado, porque no hay caminos erróneos, porque todos los caminos desviados son parte del camino. Ahí está el alma permanentemente, cada vez mostrando y revelando su propia naturaleza. ¿Cuál sería el punto máximo de este nivel de conciencia? Mostrar como tu naturaleza absoluta, como diciendo "ya me reconocí, ya sé quién soy, y ya me focalizo en el sentido de mi identidad". Luego, cuando hablamos de conciencia y del alma, y estamos ya subiendo todavía a niveles superiores. Porque son cinco niveles, y en los dos niveles superiores es donde se pierde la subjetividad. Corresponde al aspecto intelectual y cognitivo del ser humano. Es la fuente de la capacidad de comprensión, razonamiento y discernimiento. Representa la iluminación del alma y su madurez espiritual. En este estado, se produce la corrección del alma (tikun), a través de la generosidad y los actos virtuosos. La persona comienza a apartarse de lo negativo, practica la autoobservación y aprende a soltar apegos materiales en busca de un desarrollo personal más profundo.

- **Haya (alma espiritual):** Marca el comienzo de las dimensiones espirituales más elevadas, sugiriendo una conexión más profunda con la espiritualidad y la trascendencia. Solo alcanzado por las conciencias más elevadas, denota una conexión plena y total con los reinos superiores, así como con lo material, el Creador y la humanidad en su conjunto. Es un estado de plenitud y totalidad con el universo. El concepto de "Haya", pertenece a los grupos de almas y sus raíces, nos lleva a una comprensión fascinante de la interconexión espiritual que subyace en nuestras relaciones y experiencias humanas. Imagina un vasto árbol genealógico de almas, donde cada individuo está intrínsecamente conectado a través de su linaje espiritual. Estas conexiones, aunque sutiles, son poderosas, influyendo en nuestra vida diaria de maneras que a menudo no podemos percibir conscientemente.

En este contexto, las "raíces de las almas" se convierten en nodos de energía y conocimiento compartido, donde los individuos se agrupan de manera natural. Algunos de nosotros somos conscientes de estas agrupaciones, mientras que otros no lo somos, pero su influencia está constantemente presente, moldeando nuestras interacciones y experiencias.

¿Por qué nos agrupamos de esta manera? La respuesta radica en la dinámica compleja de la evolución espiritual. Dentro de estos grupos de almas, encontramos individuos que han alcanzado un nivel de conciencia más elevado que otros. Estas



almas evolucionadas actúan como faros de luz, irradiando sabiduría y conocimiento a través de las conexiones de raíz compartidas.

Cuando nos encontramos con alguien de nuestra misma raíz espiritual, se produce una conexión especial que trasciende las limitaciones del tiempo y el espacio. A través de esta conexión, recibimos información invaluable sobre nosotros mismos y nuestro propósito en la vida. Es como si estas almas afines fueran espejos que reflejan aspectos ocultos de nuestra propia identidad espiritual.

Este intercambio de información no es unilateral. A medida que interactuamos con almas más evolucionadas, absorbemos conocimiento y perspectivas que nos ayudan en nuestro propio viaje de crecimiento espiritual. Del mismo modo, también podemos actuar como canalizadores de sabiduría para otros, transmitiendo las lecciones que hemos aprendido en nuestro propio camino.

El ambiente de un lugar, como un cumpleaños, puede ser una manifestación tangible de estas conexiones espirituales. Cuando entramos en un entorno donde nuestras raíces de alma están presentes, experimentamos una sensación de armonía y afinidad. Esta sensación puede manifestarse en formas sutiles, como un aroma especial o una energía positiva que se percibe intuitivamente.

Por otro lado, cuando nos encontramos con personas cuya energía es incompatible con la nuestra, podemos experimentar una sensación de malestar o incomodidad. Esta incompatibilidad no se debe a juicios morales o prejuicios personales, sino más bien a diferencias en las raíces espirituales que subyacen en nuestras interacciones.

Es importante reconocer que estas diferencias no implican una jerarquía de superioridad moral entre las almas. Cada individuo está en su propio viaje de evolución espiritual, y todos tienen lecciones únicas que aprender y enseñar. La diversidad de experiencias y perspectivas dentro de estos grupos de almas enriquece el tejido de la existencia y nos ofrece oportunidades continuas de crecimiento y expansión.

En última instancia, el concepto de "Haya" nos invita a reflexionar sobre la naturaleza interconectada de la existencia y a reconocer la profunda sabiduría que reside en nuestras conexiones espirituales. A través del reconocimiento y la exploración de nuestras raíces de alma, podemos cultivar una mayor comprensión de nosotros mismos, de los demás y del universo en su conjunto. En este viaje de descubrimiento espiritual, cada encuentro y experiencia nos acerca un paso más a la realización de nuestra verdadera naturaleza y nuestro potencial más elevado.

- **Yehida (alma de Dios):** Representa la fusión más elevada y completa con la divinidad. Alcanzar este nivel implica una comprensión profunda y una conexión total con el Creador. Representa la culminación del camino espiritual, donde el



individuo se fusiona completamente con el cosmos y comprende la unidad entre él, el universo y el Creador. Es el punto donde se completa el tikun, y una nueva humanidad, unida en armonía, emerge para vivir en perfecta sincronía con el todo. El concepto de unidad y fusión con la divinidad abre las puertas a un entendimiento profundo y transformador de la experiencia humana y espiritual. Alcanzar el nivel de unidad, de sentirse uno con la divinidad, es un estado de conciencia trascendental que lleva a experimentar momentos de éxtasis y comprensión total. Imagina el estado de "yo y el creador somos uno", una frase que encapsula la esencia misma de la unión con lo divino. Es un estado en el que la percepción individual se desvanece y se funde con la totalidad del universo. En estos momentos de unión, se experimenta una sensación de éxtasis que trasciende los límites de la mente y el cuerpo. Estos momentos de fusión con lo divino son tan profundos que disuelven incluso el miedo a la muerte. ¿Por qué temer a la muerte cuando uno se percibe a sí mismo como energía, como una parte inseparable del todo? La experiencia de unirse al todo es una revelación que transforma fundamentalmente la comprensión de la existencia y la percepción de la realidad. Es natural desear que todos tengan la oportunidad de experimentar esta sensación de unidad y éxtasis. Es un estado de conciencia que trae consigo una profunda ausencia de dolor físico, emocional y mental. En este estado, la subjetividad se desvanece y se da paso a una experiencia de paz y plenitud absoluta. Algunos lo llaman la "iluminación budista", un estado en el que se alcanza la máxima comprensión y realización espiritual. Pero más allá de las etiquetas y las palabras, esta experiencia trasciende cualquier descripción verbal. Es tocar el cielo con las manos, sentirse envuelto en un placer puro y sin igual que supera con creces cualquier otra experiencia terrenal. Sin embargo, es importante tener en cuenta que estos momentos de éxtasis son solo destellos de la totalidad. Son experiencias fugaces que nos recuerdan la inmensidad y la magnificencia del universo, pero no constituyen la totalidad de la experiencia espiritual. Aunque breves, estos momentos son poderosos y transformadores, dejando una impresión indeleble en la psique y el alma. Es un camino de búsqueda constante, de exploración y descubrimiento de la verdadera naturaleza del ser. A medida que avanzamos en este viaje, nos encontramos con momentos de éxtasis y revelación que nos impulsan hacia adelante en nuestro camino espiritual. Cada uno de estos momentos es una oportunidad para crecer, aprender y expandir nuestra comprensión de nosotros mismos y del universo en su conjunto. En última instancia, la experiencia de la unidad y la fusión con la divinidad es un recordatorio de nuestra conexión intrínseca con todo lo que existe. Somos parte de un tejido cósmico más grande, una expresión única de la conciencia universal. En este entendimiento radica la verdadera realización espiritual y la promesa de un viaje hacia la plenitud y la iluminación.

"Además de estos niveles de conciencia del alma, también hay aspectos más profundos de la experiencia espiritual que trascienden la individualidad y se conectan con la divinidad. En



este nivel, experimentamos momentos de éxtasis y fusión con el todo, donde la separación entre el yo y el universo desaparece y nos sentimos uno con toda la existencia.

Estos momentos de unión con la divinidad son difíciles de describir con palabras, ya que van más allá de la experiencia ordinaria y trascienden los límites de la mente y el cuerpo. En estos momentos, experimentamos una profunda sensación de paz, plenitud y conexión con el universo, que transforma fundamentalmente nuestra comprensión de la vida y la muerte.

La experiencia del todo es un viaje espiritual profundo y significativo que puede cambiar nuestra perspectiva sobre nosotros mismos y el mundo que nos rodea. Al experimentar esta unión con la divinidad, nos damos cuenta de que somos parte de algo mucho más grande y trascendente que nosotros mismos.

En última instancia, la experiencia del todo nos lleva a un mayor sentido de plenitud, realización y conexión con la vida en todas sus formas. Es un recordatorio de nuestra naturaleza esencialmente espiritual y de la unidad subyacente que une a toda la existencia. A través de esta experiencia, podemos encontrar un profundo sentido de propósito y significado en nuestras vidas, y abrirnos a una mayor comprensión de nosotros mismos y del mundo que nos rodea." (Terol & Sabán, 2023)

La Kabbalah sostiene que el estudio y la comprensión de estos niveles de alma no solo conducen a un mayor autoconocimiento, sino que también son clave para experimentar una felicidad duradera. Al alcanzar un entendimiento más profundo de la realidad y alinear las diferentes dimensiones del ser, se logra una armonía interna que se refleja en una sensación de plenitud y alegría.

En la cosmología cabalística, la asociación de las diferentes partes del ser humano con órganos específicos del cuerpo y conceptos espirituales tiene una connotación simbólica más que literal. Estas asociaciones simbólicas se basan en una interpretación profunda de la naturaleza humana y su conexión con el universo.

A continuación donde se alojan los niveles del alma:

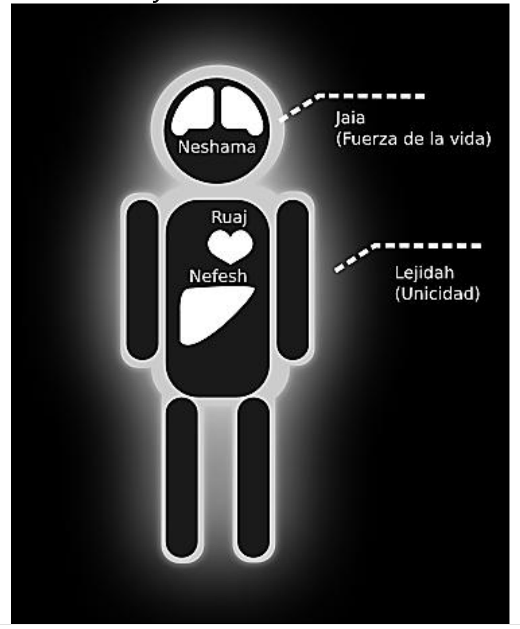
1. **Neshama en el cerebro**: El cerebro se asocia con la Neshama porque representa el centro de la conciencia y la comprensión espiritual. La Neshama es considerada el nivel más elevado del alma, relacionado con la iluminación y la conexión con lo divino. Así como el cerebro es el centro de la cognición y el entendimiento humano, la Neshama es el aspecto más elevado del alma que busca la sabiduría y la conexión espiritual.
2. **Ruaj en el corazón**: Aunque biológicamente el corazón es un órgano vital para la circulación sanguínea, en la simbología cabalística se asocia con Ruaj debido a su relación con las emociones y los sentimientos. Ruaj es el nivel intermedio del alma, relacionado con la capacidad de sentir y experimentar emociones. Así como el corazón es el centro de las emociones humanas, Ruaj representa la parte del alma que experimenta y procesa los sentimientos.



3. **Nefesh en el hígado**: En la interpretación cabalística, el hígado se asocia con Nefesh debido a su función vital en el cuerpo humano, especialmente en la purificación de la sangre y la eliminación de toxinas. Nefesh es el nivel más básico del alma, relacionado con las funciones corporales y los instintos básicos de supervivencia. Así como el hígado es vital para mantener el cuerpo funcionando correctamente, Nefesh es el aspecto del alma que sustenta la vida física y las necesidades básicas del ser humano.
4. **Jaia como la fuerza de la vida**: Jaia se considera la esencia misma de la vida, la fuerza vital que anima a todas las criaturas. Se asocia con la existencia misma y la energía primordial que sustenta todo en el universo.
5. **Lejidah como la unicidad**: Lejidah representa la culminación del proceso de desarrollo espiritual, donde el individuo alcanza la unidad y la conexión con el cosmos. Se asocia con la idea de la unicidad y la integración total con el universo y el Creador. Es el estado en el que la dualidad se disuelve y se experimenta la plenitud y la armonía universal.

Esta experiencia como un estado de completa liberación y plenitud. La ausencia de dolor físico, emocional y mental te haría sentir ligero, libre de preocupaciones y cargas. La sensación de desaparecer en un continuo sería como fusionarte con el universo, sintiéndote parte integral de todo lo que existe. Experimentarías un éxtasis profundo, una felicidad intensa que se expande por todo tu ser, comparable a la sensación de alcanzar un estado de éxtasis supremo, como un orgasmo cósmico que trasciende los límites del cuerpo y la mente (Terol & Sabán, 2023).

Si estuvieras experimentando esta experiencia, el tiempo y el espacio serían percibidos de manera diferente. En ese estado de iluminación, sentirías una sensación de atemporalidad, donde el tiempo perdería su significado convencional. No habría preocupaciones por el pasado o el futuro, solo una inmersión completa en el momento presente. El espacio también se sentiría expandido y unificado, como si estuviera conectado con todo lo que te rodea sin ninguna barrera física. La noción de distancia perdería relevancia, y te sentirías inmerso en una sensación de unidad y conexión con el universo entero.



Las diez Sephiroth y el cuerpo humano:

Claro, aquí te resumo las relaciones entre cada Sefira y los órganos del cuerpo:

- KÉTER (Corona): el cráneo y la conexión con lo divino.
- JOJMÁ (Sabiduría): el cerebro, especialmente el hemisferio derecho.
- BINÁ (Entendimiento): el hemisferio izquierdo del cerebro.
- JÉSED (Misericordia): el brazo derecho.
- GUEBURAH (Severidad): el brazo izquierdo.
- TIPHERET (Belleza): el corazón.
- NETSAJ (Victoria): la pierna derecha.
- HOD (Esplendor): la pierna izquierda.
- **YESOD** (El Fundamento): el abdomen y órgano reproductivo.
- MALJUT (Reino): la boca, los pies y la piel.

Además, la Sefira llamada **DA´AT** (Conocimiento) se encuentra entre Jésed y Gueburah y está relacionada con la parte posterior del cerebro, garganta, cuello (Villagrasa, 2013).

En la Cábala, se entendía que las claves de las Letras Hebreas, del Árbol de la Vida y del cuerpo físico residían en la luz y la energía. Se exploraba cómo estas letras hebreas y el cuerpo humano expresaban estados de conciencia, y la importancia de interpretar su mensaje.

En su intento por descifrar este complejo conocimiento, la Cábala asociaba cada letra a los órganos del cuerpo humano. La primera letra, Ghîmel, representaba la actividad y el movimiento, la fuerza creadora, siendo el comienzo de todo lo que hacemos. La segunda, Vav, actuaba como un enlace entre diferentes estados, conectando lo pasado y lo futuro, simbolizando la idea de un continuo en el tiempo. La tercera, Phé, facilitaba la comunicación para transmitir sabiduría y luz, promoviendo el entendimiento y la dialéctica.

Estas letras formaban parte de un proceso místico de conciencia y luz que se reflejaba en el cuerpo humano. Este receptor de energía se convertía en transmisor de luz, cumpliendo con su propósito de ser parte activa en la creación. Cada órgano, cada célula, se convertía en una chispa de energía que nutría el cuerpo y el espíritu.

La Cábala, a través de este complejo esquema, ilustraba la relación entre el cuerpo humano y los misterios del cosmos. Un intrincado universo de luz y energía, donde cada célula, cada parte del cuerpo, resonaba en armonía con el universo. Este conocimiento ancestral permitía comprender la energía divina que fluye a través de nosotros, el universo y la creación misma (Milena, La Kabbalah: El cuerpo del Árbol de la Vida y el cuerpo humano (1), 2015).

Desde la antigüedad se conocía que **Tiféret** tiene el atributo de ser el eje central, en perfecto equilibrio. Estaba situado en el Tzelem Elokim, en lo alto del torso, justo en el corazón.

Tiféret posee una cualidad especial, la armonía entre los atributos de **Jésed** y **Gevurá**, la reconciliación de sus inclinaciones conflictivas. Se le conocía como el atributo de la misericordia, pues en su esencia resplandecía una belleza sin igual, una mezcla elegante de gestos emotivos.

Este poder de belleza y equilibrio también se relacionaba con el orgullo, no de una forma egoísta, sino como un orgullo que emanaba de Di-s, como una especie de amor y cuidado por su pueblo, Israel.

La unión de las tres emociones primarias del corazón, **Jésed**, **Gevurá** y **Tiféret**, resultaba en un número mágico: 1369, equivalente a 37 al cuadrado. Este número representaba la preparación del pueblo de Israel para recibir la Torá. Se decía que la Torá misma correspondía a la sefirá de **Tiféret**, y que fue entregada con las dos manos de Di-s, representadas por **Jésed** y **Gevurá**. Este valor numérico también estaba ligado al versículo previo a los Diez Mandamientos, un capítulo que simbolizaba la entrega de la Torá.

En todo este relato, 37, el vapor o Abel, hijo de Adán y Eva, simbolizaba que la Torá de este mundo era como el vapor comparada con la Torá del mundo por venir. Este concepto era enseñado por los sabios, reflejando la magnitud y la grandeza de la sabiduría que se avecinaba en el mundo venidero.

Así, en el esplendor de **Tiféret**, se hallaba un entramado de cifras y significados, una historia rica de equilibrio, belleza y unión, ilustrando la majestuosidad de la Creación y la sabiduría que envolvía al mundo (Ginsburgh, s.f.).

Neurología

El Dr. Jesús Martín-Fernández es un prominente neurocirujano con solo 30 años de edad, reconocido por su trabajo pionero en el campo. Él y su equipo están desarrollando y utilizando un novedoso test basado en Inteligencia Artificial para mapear las emociones en el cerebro durante la cirugía. Sus investigaciones han revelado experiencias sorprendentes, como pacientes que reportan sentirse "fuera de sus cuerpos" o tener experiencias visuales mientras se estimulan ciertas áreas cerebrales. Estas observaciones sugieren la posibilidad de alterar estados emocionales en los estudios realizados por el Dr. Martín-Fernández revelan cómo los pacientes, estimulados en áreas específicas de sus cerebros, han relatado experiencias fuera de lo común. Describen sentirse desplazados de sus cuerpos, una desconexión de su conciencia habitual, donde la realidad parece alterarse. Estos fenómenos, normalmente desencadenados en el cíngulo, sugieren una



perturbación en la red por defecto, alterando la percepción común de uno mismo.so cuestionan la relación entre el cerebro y la conciencia. Aunque se centra en la neurocirugía, busca ampliar los límites del conocimiento científico, con el objetivo de mejorar la calidad de vida de las personas mediante la comprensión más profunda del cerebro y las emociones.

El Dr. Martín-Fernández está involucrado en una investigación innovadora que utiliza la inteligencia artificial para mapear las emociones en el cerebro. Su enfoque implica desarrollar un test basado en inteligencia artificial para comprender las emociones durante la cirugía cerebral.

El Dr. Jesús Martín-Fernández lidera un equipo audaz que explora los rincones más profundos del cerebro humano, realiza cirugías del cerebro a pacientes despiertos. Te contaré una experiencia alucinante que ha dejado a los expertos boquiabiertos. Estamos hablando del misterioso cíngulo, un área que se creía responsable de las complejas emociones, pero no es solo eso. El cíngulo del cerebro es una verdadera fábrica de reacciones autonómicas, como el control de la respiración y el sudor.

Aquí está lo emocionante: los pacientes sometidos a estimulación cerebral han narrado algo que te hará dudar de la realidad tal como la conocemos. Al ser estimulados en el cíngulo, han compartido experiencias que rompen los límites de la conciencia. Imagínate, ¿te has sentido fuera de tu cuerpo alguna vez? Estos valientes pacientes relatan sentirse exactamente así, como si su conciencia se trasladara a otro lugar. ¡Inimaginable!

Lo más increíble es que estas experiencias visuales, emocionales y, ocurren de manera coherente. Estos pacientes describen sentirse como si observaran su propio cuerpo desde afuera, algo así como una Matrix dentro del cerebro. Esto no es una coincidencia, ocurre repetidamente y parece ser un error en los datos de la conciencia. ¡Una recreación de la realidad!

Ahora, ¿te imaginas estar en medio de una operación y sentir que estás viendo la escena desde afuera? Este fenómeno se da de manera tan extraña que solo en circunstancias extremadamente raras sucede. ¡Increíble, verdad!

Esta narración, aunque desafiante de entender, refleja la maravilla de la mente humana y la exploración de terrenos desconocidos. Este es un viaje al límite de lo que consideramos la realidad, una odisea que cuestiona las fronteras entre lo conocido y lo desconocido (Wild & Martín-Fernández, The Wild Project #199 ft Jesús Martín-Fdez (Neurocirujano) | ¿El alma humana está en el cerebro?, 2023).

Alma y Conciencia

La búsqueda de respuestas a las cuestiones fundamentales sobre la existencia del alma y la continuidad de la conciencia más allá de la muerte ha fascinado a la humanidad a lo largo de la historia. En la actualidad, un creciente número de científicos respalda la intrigante idea de que podría existir un espíritu que persiste después de que el cuerpo fallece. Una teoría que vincula la conciencia con la física cuántica, destacando el trabajo pionero de los físicos Sir Roger Penrose y el Dr. Stuart Hameroff (Penrose & Hameroff, 1996).

En 1996, Penrose y Hameroff desarrollaron la teoría cuántica de la conciencia, centrando su atención en estructuras microscópicas llamadas microtúbulos. Estos componentes celulares, presentes en las neuronas del cerebro, se postulan como el asiento del alma. La teoría sugiere que los microtúbulos, con su disposición cristalina y núcleo hueco, permiten que los electrones fluyan sin impedimentos, facilitando la comunicación interna del cuerpo y, según la hipótesis, permitiendo que la conciencia fluya a través de él.

La propuesta de Penrose y Hameroff desafía las nociones convencionales sobre la naturaleza de la conciencia al sugerir que el alma existe en un estado de energía cuántica. Cuando el cuerpo muere, esta esencia de energía cuántica regresa al universo, irreductible e indestructible. La teoría postula que, en casos de experiencias cercanas a la muerte, el alma puede regresar al cuerpo después de la resucitación, utilizando los microtúbulos como una especie de antena para habitar nuevamente.

"Orch OR" se refiere a la teoría de "reducción orquestada objetiva" (Orchestrated Objective Reduction, en inglés), una hipótesis propuesta por el físico Sir Roger Penrose y el anestesiólogo Stuart Hameroff, sugiere que ciertos aspectos de la conciencia pueden estar vinculados a procesos cuánticos que ocurren en las estructuras microscópicas del cerebro, específicamente en los microtúbulos, que son componentes celulares fundamentales.

La idea central detrás de Orch OR es que la conciencia emerge de procesos cuánticos que tienen lugar en los microtúbulos dentro de las neuronas. Según la teoría, estos microtúbulos actúan como sitios de procesamiento cuántico, y los estados cuánticos coherentes de estas estructuras están implicados en la formación de la conciencia.

En términos más detallados, Orch OR propone que la coherencia cuántica en los microtúbulos contribuye a la preconciencia, y esta coherencia se desarrolla hasta que la masa-energía diferencial entre los estados de los microtúbulos alcanza un umbral crítico relacionado con la gravedad cuántica. Cuando esta diferencia alcanza el umbral, la teoría sugiere que los estados cuánticos superpuestos dan lugar a una "reducción objetiva" o colapso cuántico que conduce a la conciencia.

La "orquestación" en Orch OR se refiere al papel de ciertas proteínas asociadas a los microtúbulos (MAPs, por sus siglas en inglés), que actúan como "nodos" que influyen en

las oscilaciones cuánticas y en la determinación de los posibles estados post-reducción de los microtúbulos.

De manera más sencilla imaginemos que nuestro entendimiento sobre la conciencia, esa experiencia única e intangible que todos experimentamos, está siendo explorado desde una perspectiva bastante diferente: la teoría cuántica. Este enfoque, propuesto en un artículo intrigante, sugiere que algunos aspectos de la conciencia son difíciles de explicar utilizando las ideas tradicionales de la neurociencia, y podrían encontrar respuestas en el fascinante mundo de la física cuántica.

En este escenario, los protagonistas son los "microtúbulos", pequeñas estructuras dentro de las neuronas de nuestro cerebro. Estos microtúbulos tienen una disposición cristalina, un núcleo interno hueco y la capacidad de procesar información. Se argumenta que estas estructuras son clave para entender la conexión entre la teoría cuántica y la conciencia.

Según la propuesta, los estados conformacionales de las partes individuales de los microtúbulos, llamadas tubulinas, están conectados a eventos cuánticos internos. Estas tubulinas no solo interactúan entre sí, sino que también participan en una superposición coherente a nivel macroscópico. En otras palabras, se sugiere que estas estructuras celulares pueden exhibir comportamientos cuánticos a gran escala, permitiendo que la información cuántica se extienda en volúmenes significativos del cerebro.

En términos de números para estimar la cantidad de tubulinas y neuronas cuya coherencia durante períodos de tiempo relevantes son aproximadamente 500 ms esto puede desencadenar Orch OR.

Esta coherencia cuántica se asocia con el procesamiento preconsciente, un estado previo a la conciencia plena. A medida que esta coherencia se desarrolla, la diferencia de masa-energía entre los estados separados de las tubulinas alcanza un umbral relacionado con la gravedad cuántica. En este punto, la teoría sugiere que se produce una elección y un colapso cuántico, resultando en una reducción objetiva de la conciencia.

Lo distintivo de esta propuesta es la "auto-collapse" o reducción objetiva, que contrasta con la reducción cuántica subjetiva de la teoría estándar. Este proceso, denominado "Orch OR" (reducción orquestada objetiva), sugiere que las proteínas asociadas a los microtúbulos (MAPs) actúan como "nodos" que ajustan y coordinan las oscilaciones cuánticas, influyendo en los estados post-reducción de las tubulinas.

En un intento de cuantificar este proceso, se realizaron cálculos para estimar la cantidad de tubulinas y neuronas cuya coherencia puede desencadenar Orch OR en períodos de tiempo relevantes.

En resumen, la propuesta "Orch OR" busca establecer una conexión entre la actividad cuántica en microtúbulos, la transición de la conciencia preconsciente a la consciente, y

conceptos fundamentales como el espacio-tiempo y la no computabilidad. Aunque audaz, esta teoría refleja la fascinante intersección entre la física cuántica y la conciencia, aunque aún está sujeta a debates y exploraciones en la comunidad científica.

Es importante destacar que la teoría Orch OR ha sido objeto de debate en la comunidad científica. Mientras que algunos investigadores consideran que la propuesta es intrigante y desafiante, otros cuestionan su validez y aplicabilidad, ya que la relación entre los fenómenos cuánticos y la conciencia sigue siendo un área de investigación compleja y en evolución. La teoría Orch OR representa un intento audaz de abordar la conexión entre la mecánica cuántica y la conciencia en el contexto del funcionamiento cerebral.

El término clave en esta teoría es la "reducción orquestada objetiva" (Orch OR). La coherencia cuántica de los microtúbulos, según la propuesta, desencadenaría un proceso en el que la esencia de energía cuántica de la conciencia abandonaría el cuerpo. Sin embargo, si el cuerpo vuelve a funcionar, esta energía podría regresar y habitar nuevamente a través de los microtúbulos, como si fueran conductos para la conciencia.

Roger Penrose explica con la analogía del gato de Schrödinger y los microtúbulos es una forma de abordar el problema de la conciencia desde una perspectiva cuántica. La paradoja del gato de Schrödinger, propuesta por el físico Erwin Schrödinger, ilustra cómo, en el mundo cuántico, un objeto puede existir en múltiples estados al mismo tiempo hasta que se realiza una medición y se observa su estado. En este caso, el gato está tanto vivo como muerto hasta que se abre la caja y se observa.

Penrose relaciona esta idea con los microtúbulos, que son estructuras celulares presentes en el cerebro y que, según su teoría, podrían desempeñar un papel crucial en la generación de la conciencia. Sugiere que la conciencia podría surgir de la interacción cuántica en estos microtúbulos, lo que explicaría la naturaleza aparentemente dual de la mente y la conciencia.

La teoría de Penrose implica que la conciencia no es simplemente el resultado de procesos neuronales clásicos, sino que está intrínsecamente ligada a la física cuántica y a fenómenos como la superposición y la entrelazamiento cuántico. Esto sugiere una conexión profunda entre la naturaleza fundamental del universo y nuestra experiencia consciente, abriendo nuevas vías de investigación en el campo de la neurociencia y la física teórica (Galindo & Penrose, 2015).

La pregunta inevitable que surge es si este diseño aparentemente inteligente de los cuerpos biológicos podría ser obra de seres inteligentes antiguos. Los teóricos de los antiguos astronautas plantean la posibilidad de que entidades avanzadas hayan diseñado nuestros cuerpos como receptáculos para el alma. Historias antiguas, como los mitos de la creación de Mesopotamia, hablan de D-oses que conectaban el cuerpo humano con un alma o espíritu para darle vida.

En este contexto, los teóricos de los antiguos astronautas sugieren que descubrimientos científicos recientes reflejan narrativas escritas por nuestros ancestros hace más de 3500 años (History Latinoamerica, 2024). Estas historias detallaban cómo los D-oses diseñaron el cuerpo humano para albergar un alma, estableciendo paralelos sorprendentes con las teorías actuales sobre la conciencia y la física cuántica.

El debate sobre la conexión entre la conciencia, la física cuántica y la existencia del alma continúa evolucionando. La propuesta de Orch OR ofrece una perspectiva única y provocativa que desafía las fronteras tradicionales entre la ciencia y la espiritualidad. Aunque esta teoría no carece de críticos, destaca la búsqueda constante de respuestas a una de las preguntas más profundas de la humanidad: ¿persiste el alma más allá de la muerte y cómo se conecta con nuestra conciencia?

Un ejemplo de esto es el caso de una persona que estuvo en la línea entre la vida y la muerte, siempre difusa y misteriosa, se vuelve aún más intrigante cuando se escucha el relato de la doctora Linda Kramer, quien compartió su experiencia después de haber sido declarada muerta durante 15 minutos. En un relato cautivador de 25 minutos, Kramer nos lleva a través de su visión de "el más allá", un viaje que resono en las redes sociales y suscito un debate sobre la existencia de una vida después de la muerte (Kramer L. , 2023).

Cuando una persona muere, sucede una serie de cambios en el cuerpo. Primero, todos los músculos se relajan porque ya no hay oxígeno para mantenerlos tensos. Esto incluye los músculos alrededor de los esfínteres, lo que puede resultar en defecación e incontinencia. Aunque el cuerpo está médicamente muerto, algunas células aún queman la energía restante (Discovery en Español , 2016).

El algor mortis, o la pérdida de calor después de la muerte, comienza, y el cuerpo pierde alrededor de 0.83 grados Celsius por hora hasta alcanzar la temperatura ambiente. Sin latido del corazón, la sangre y los fluidos se mueven hacia los puntos más bajos del cuerpo debido a la gravedad, causando la lividez. Después de tres a seis horas, comienza el rigor mortis, lo que significa que los músculos se tensan nuevamente.

En el proceso, las células mueren y se rompen, especialmente debido a la falta de circulación para limpiar las células muertas. A medida que el dióxido de carbono se acumula y el pH de los tejidos aumenta, las células se debilitan y finalmente se rompen, liberando su contenido en el tejido circundante. Esto causa ampollas, cambios en el color y daño en los tejidos. Este proceso continúa durante un tiempo después de la muerte.

El relato comienza con la descripción de un paisaje asombroso que desafía cualquier comparación terrenal. Kramer compara los imponentes edificios que vio con los de Dubái, haciéndolos parecer modestas cabañas en comparación. Lo más intrigante es la percepción del tiempo en ese lugar, que ella describe como altamente relativo. Aunque su estancia fue breve en nuestro mundo, afirma haber sentido que pasó cinco años inmersa en lo que ella denomina "cielo" (Villegas, 2023).

Un momento especialmente impactante de su experiencia fue cuando se encontró de pie en un campo de flores, desde donde admiró una cordillera colosal, treinta mil veces más grande que el Monte Everest. La visión panorámica también incluyó una fila de montañas en el horizonte, rascacielos y hermosos lagos. Este relato, compartido por una cuenta dedicada a testimonios de personas que han experimentado encuentros cercanos con la muerte, ha gano popularidad en YouTube, capturando la atención de una audiencia intrigada por lo desconocido.

La historia de la doctora Kramer no solo plantea preguntas sobre la existencia de una vida después de la muerte, sino que también resalta el papel de la religión como un refugio para aquellos que buscan respuestas más allá de lo que la ciencia puede abordar. Este testimonio, al igual que muchos otros, alimenta la fascinación y las discusiones en torno a los misterios del más allá.

Desde la perspectiva médica, la muerte se define como el cese irreversible de las funciones vitales del organismo. En casos de paro cardíaco irreversible, el corazón deja de latir, y la circulación sanguínea se detiene, llevando a la falta de oxígeno en los tejidos. La muerte cerebral implica la pérdida total e irreversible de la actividad cerebral, incluyendo el tronco cerebral. Aunque los procedimientos post mortem, como la refrigeración o la embalsamación, pueden preservar el cuerpo, la muerte médica señala el final de la capacidad del cuerpo para mantener estas funciones por sí solo.

Es esencial recordar que, mientras la medicina aborda la muerte desde una perspectiva funcional, las creencias sobre lo que sucede después de la muerte varían ampliamente y son intrínsecamente personales. La historia de la doctora Kramer destaca la complejidad de este tema, ofreciendo una perspectiva única que invita a la reflexión sobre la naturaleza de la existencia y lo que podría aguardarnos más allá de la vida terrenal.

Durante siglos, las fronteras entre los humanos y el universo han disminuido constantemente, desde las leyes universales de Isaac Newton hasta la afirmación poética de Carl Sagan de que estamos hechos de "materia estelar". Sin embargo, las recientes ideas propuestas por el físico Gregory Matloff llevan estos límites aún más lejos. Matloff sugiere que un "campo protoconsciente" podría impregnar todo el cosmos, proponiendo que las estrellas podrían ser entidades pensantes con control intencional sobre sus movimientos. Este concepto, conocido como panpsiquismo, desafía el pensamiento científico convencional pero ha ganado apoyo de figuras notables como David Chalmers, Christof Koch y Sir Roger Penrose (NBCMACH, 2017) (Powel, 2017).

El panpsiquismo, la idea de que la conciencia es inherente a todas las cosas, tiene raíces en la física cuántica. Hace treinta años, Penrose introdujo la noción de que la conciencia está intrincadamente vinculada a las reglas estadísticas de la física cuántica, especialmente en los espacios microscópicos entre las neuronas. El físico alemán Bernard Haisch extendió esta idea, proponiendo que los campos cuánticos presentes en el espacio vacío producen y transmiten la conciencia a cualquier sistema suficientemente complejo con flujo de



energía. Matloff, intrigado por estos conceptos, busca evidencia observacional para probar el panpsiquismo.

La búsqueda de evidencia de Matloff lo llevó a la Discontinuidad de Paranego, una anomalía en el movimiento estelar. La mayoría de los astrónomos atribuyen este fenómeno a interacciones entre estrellas y nubes de gas en la galaxia. Sin embargo, Matloff considera una explicación alternativa basada en la complejidad de las estrellas con atmósferas que contienen moléculas. Plantea que algunas estrellas exhiben emisiones desequilibradas, sugiriendo una posible alteración deliberada de su movimiento. Aunque especulativo, los datos de catálogos estelares y el próximo telescopio espacial Gaia podrían ofrecer información sobre la validez del panpsiquismo.

Christof Koch, una figura destacada en neurociencia, respalda el panpsiquismo a través de la teoría de la información integrada. Esta teoría sostiene que la conciencia surge de la capacidad de un sistema para influir en su propio estado y determinar su destino. Koch argumenta que, en principio, incluso sistemas no biológicos podrían ser conscientes, compartiendo la propiedad de la conciencia experiencial. Experimentos que involucran a pacientes con daño cerebral y cerebros de ratones interconectados buscan explorar los límites de la conciencia.

Las teorías de Roger Penrose vinculan la conciencia con la mecánica cuántica, sugiriendo que la autoconciencia surge de eventos cuánticos en el cerebro. Aunque Penrose no se identifica explícitamente como panpsiquista, sus ideas implican un vínculo profundo entre las mentes humanas y el cosmos. El principio antrópico participativo, propuesto por el físico John Wheeler, sugiere que el universo existe en un estado de incertidumbre y toma una forma clara solo cuando es observado por seres conscientes, es decir, nosotros.

La exploración de la conciencia cósmica, abarcando panpsiquismo, mentes cuánticas y el principio antrópico participativo, desafía las fronteras científicas tradicionales. La búsqueda de evidencia observacional de Matloff, los experimentos de neurociencia de Koch y las teorías de Penrose contribuyen a una comprensión en evolución de la conciencia en el cosmos. Si bien estas ideas siguen siendo especulativas, invitan a reevaluar nuestra conexión con el universo, construyendo puentes entre la filosofía, la ciencia y el sentimiento religioso cósmico articulado por Albert Einstein. Ya sea probada o no, la búsqueda de la conciencia cósmica continúa cautivando la imaginación humana, fomentando un sentido de interconexión con el vasto cosmos.

Los Niveles del Alma

En la Cábala, la concepción del alma humana a menudo se divide en varios niveles, cada uno asociado con ciertas Sephiroth. Es importante tener en cuenta que estas divisiones y asociaciones pueden variar según las interpretaciones y las tradiciones dentro de la Cábala. Aquí hay una descripción general de los niveles del alma y sus conexiones con las Sephiroth:

1. **Nefesh:** Este es el nivel más básico del alma y está asociado con la sefirá Maljut. Representa la parte del alma que está más conectada con el cuerpo y las funciones vitales.
2. **Ruaj:** Este nivel se asocia comúnmente con las Sephiroth Netsaj, Yesod y Hod. Ruaj está relacionado con la emotividad y la capacidad de respuesta emocional.
3. **Jaiá:** Este nivel está asociado con las Sephiroth Jésed, Gevurá y Tiféret . Representa la voluntad y la energía vital.
4. **Neshamá:** Este nivel superior del alma se asocia con las Sephiroth Jojmá y Biná y Keter. Representa la chispa divina y está conectada con la capacidad intelectual y espiritual.
5. **Iéjidá:** Este es el nivel más elevado del alma y se asocia comúnmente con la sefirá Kéter. Representa la conexión más directa con la divinidad y la unidad cósmica.

Estos niveles del alma forman una jerarquía espiritual en la concepción cabalística, y se cree que cada nivel tiene su función específica en el desarrollo espiritual del individuo. La aspiración en la Cábala es elevar y purificar estos niveles del alma para acercarse a la divinidad y lograr una conexión más profunda con lo trascendental. Es importante señalar que estas asociaciones son conceptuales y simbólicas, y la comprensión específica puede variar entre diferentes enseñanzas cabalísticas.

Voy a tratar de explicar esto de una manera más sencilla (Kabalah renovada, 2015):

Imagina que cada persona tiene algo especial llamado "Alma" dentro de su cuerpo es como si fuera una vasija. Esta Alma es como un contenedor mágico que puede recibir luz especial (luz divina u "Or Ein Sof") que trae cosas buenas como salud, felicidad y amor. Pero para que ese contenedor funcione bien, necesita tener cinco niveles.

Los cinco niveles del Alma son como diferentes etapas de crecimiento. Al principio, solo usamos el nivel más básico llamado "Nefesh". Es como la parte biológica de nosotros y a veces solo pensamos en lo que queremos para nosotros mismos.

Cuando crecemos y empezamos a ser responsables de nuestras acciones, llegamos al segundo nivel llamado "Ruaj". Aquí aprendemos a pensar antes de actuar y a ser más cuidadosos.

El tercer nivel se llama "Neshamá", y es como una luz brillante que obtenemos cuando corregimos nuestro deseo egoísta. En este nivel, queremos dar y ayudar a los demás todo el tiempo.

Después viene el nivel "Jayá" o "Jaiá", que es como un grupo de personas que trabajan juntas para hacer el mundo mejor. Es como un equipo que resuelve un rompecabezas grande llamado "consciencia colectiva".



Finalmente, el quinto nivel se llama "Yejidá" o "Léjidá", y es como el regreso a casa, volviendo a la luz especial que mencionábamos al principio.

El objetivo de la vida es hacer crecer nuestra "vasija", que es como el contenedor del Alma, para que pueda recibir mucha luz. Pero hay un problema: a veces solo queremos cosas para nosotros mismos, y eso bloquea la luz.

El Zohar, que es como un libro mágico, nos enseña cómo arreglar esto. Nos dice que si compartimos y somos amables, más luz entra en nuestro contenedor. Pero este proceso es como llenar un vaso de agua, primero va al fondo y luego podemos beberla.

Entonces, nuestro trabajo es crecer y mejorar, especialmente concentrándonos en el nivel llamado "Ruaj". Al hacer esto, podemos corregir nuestro deseo egoísta y recibir mucha luz.

Recuerda, el secreto está en ser amables y compartir.

Es importante llenar nuestra alma, es como presionar el botón de pausa en medio del ajetreo diario, darte un tiempo para ti aunque solo sea poco tiempo al día, puede ser la clave para cultivar nuestra espiritualidad y alimentar el alma. Un ejemplo la Biblia nos ofrece una lección profunda a través del diálogo entre Moshé y Betsalel sobre la construcción del Tabernáculo. Moshé destaca la importancia de lo que está adentro, enseñándonos que, de manera similar, en el ámbito espiritual, lo interno es prioritario.

Vivimos en un mundo donde las resoluciones de Año Nuevo suelen centrarse en mejorar la salud física, como comer de manera más saludable o perder peso. Estas metas son valiosas, ya que cuidar nuestro cuerpo es esencial, pero la comparación con las resoluciones espirituales revela una brecha significativa. A menudo, descuidamos alimentar nuestra alma, la fuerza vital que da significado y propósito a nuestro cuerpo (Kabbalah, 2017).

Atzilut (אֲצִילוּת)
Beriyá (בְּרִיאָה)
Yetzirá (יְצִירָה)
Asiá (עֲשִׂיָּה)
Keter כתר
Biná בינה
Jojmá חכמה
Dáat דעת
Gevurá גבורה
Jésed חסד
Tiféret תפארת
Hod הוד
Netsaj נצח
Yesod יסוד
Maljut מלכות

Keter — Iejidá (יְחִידָה)
Keter, Biná, Jojmá — Jaiá (חַיָּה)
Gevurá, Jésed, Tiféret — Neshamá (נְשָׁמָה)
Hod, Netsaj, Yesod — Ruaj (רוּחַ)
Maljut — Nefesh (נֶפֶשׁ):

La vida moderna a menudo nos lleva a preguntarnos por qué deberíamos invertir tiempo y energía en lo espiritual, especialmente cuando estamos tan ocupados. La respuesta radica en el hecho de que, sin el espíritu, nuestra vida carecería de significado y propósito real. "Alimentar el cuerpo nos permite sobrevivir, pero alimentar el alma nos permite progresar."

En medio de nuestras vidas agitadas, siempre hay espacio para atender nuestra luz interna. Sea a través de la meditación, la oración o simplemente una pausa en la naturaleza, estos momentos de calma nos permiten abrir nuestros corazones y expresar gratitud por nuestras bendiciones. Este acto de presionar el botón de pausa no solo calma la mente, sino que también rejuvenece el espíritu, preparándonos para enfrentar la vida cotidiana con compasión y espiritualidad renovadas.

La analogía de construir el Tabernáculo destaca la importancia de establecer una base interna sólida antes de construir las paredes externas. De manera similar, priorizar el desarrollo espiritual nos permite construir una vida más significativa y plena. Este proceso no requiere grandes gestos; incluso dedicar unos minutos al día a la meditación o la oración puede marcar una gran diferencia.

Alimentar el alma no solo ilumina nuestro propio ser, sino que también contribuye a la brillantez del mundo que nos rodea. En un mundo donde la atención se centra a menudo en lo material, aquellos que valoran su luz interna hacen que el mundo sea más radiante. Este ensayo nos recuerda que el cuidado del alma no solo es una búsqueda personal, sino también un regalo que compartimos con el mundo, haciendo que cada día sea una oportunidad para progresar y brillar intensamente.

¿Por qué D-os es invisible y a su vez está en todas partes?

Hace mucho tiempo, había un lugar, un estado de existencia en el que todo era insondable e infinito. Era un reino sin fronteras ni límites, donde la divinidad moraba en una luz eterna que se extendía sin fin. Este lugar se llamaba Ein Sof, que significa sin fin o infinito en la Kabaláh, y representaba a D-os antes de cualquier manifestación en los reinos espirituales.

En “Ein Sof” existía una paradoja divina, una luz ilimitada llamada Or Ein Sof, que se contenía en sí misma, el autoconocimiento era un saber anulado y absoluto. Era la luz infinita que precedía a la Creación, un fulgor insondable que marcaba el comienzo de todo lo que existe.

La historia cuenta que este infinito fulgor, esta luz divina, decidió crear el universo. Pero, para hacerlo, esta luz que es D-os tuvo que hacer algo asombroso: ocultarse, contraerse y retirarse, en un acto llamado Tzimtzum, creando un vacío en su centro, y crear un espacio donde antes no había nada, lo lleno de estrellas, agujeros negros, supernovas y muchas cosas maravillosas como loe es la vida.

Fue en ese preciso instante, en ese acto de retirada divina, donde la Creación comenzó. El vacío se convirtió en el lienzo para la existencia de mundos, de estrellas, planetas y todo lo que conocemos. D-os, en su infinita sabiduría, creó el espacio, el tiempo y todo lo que habitamos a partir de esa retirada, permitiendo que la vida, la materia y la energía fueran formadas.

Así, en la maravillosa narrativa de la Cábala, se relata cómo el universo nació de la retirada divina, permitiendo que el orden, la vida y el vasto cosmos fueran llenados a partir de aquel vacío original. Este relato habla del poder de la creación y del insondable misterio de D-os, que trajo la existencia a partir de la luz infinita y eterna que existía en un tiempo y un espacio sin límites (Ginsburgh Y. , 2012).

Plegaria y Ana Bejoaj

La plegaria, entendida como una comunicación espiritual con lo divino, es una práctica que puede variar ampliamente según las tradiciones religiosas y las creencias personales. Sin embargo, aquí te presento algunas pautas generales sobre cómo hacer una plegaria:



1. **Preparación interior**: Antes de comenzar la plegaria, tómate un momento para centrarte interiormente. Esto puede implicar relajarte, respirar profundamente y dejar de lado las distracciones externas para concentrarte en tu conexión espiritual.
2. **Ambiente propicio**: Busca un lugar tranquilo y libre de distracciones donde puedas sentirte cómodo y concentrarte. Algunas personas prefieren encender una vela, crear un espacio sagrado o escuchar música suave para establecer un ambiente propicio para la plegaria.
3. **Expresión sincera**: Expresa tus pensamientos, sentimientos, deseos y gratitud de manera sincera y auténtica. No necesitas seguir un guion específico; simplemente habla desde el corazón.
4. **Habla con respeto y reverencia**: Dirígete a lo divino con respeto y reverencia, reconociendo su grandeza y su papel en tu vida.
5. **Escucha interior**: Después de expresar tus pensamientos y sentimientos, tómate un momento para escuchar interiormente. Esto puede implicar estar receptivo a la guía, la inspiración o las respuestas que puedan surgir durante la plegaria.
6. **Gratitud y reconocimiento**: Expresa gratitud por las bendiciones recibidas, las experiencias de la vida y la oportunidad de conectarte espiritualmente a través de la plegaria.
7. **Peticiones y deseos**: Si deseas hacer peticiones específicas, exprésalas de manera clara y directa. Pide lo que necesitas con humildad y confianza, sabiendo que tus palabras son escuchadas.
8. **Finalización**: Termina la plegaria con una palabra de cierre, como "Amén", "Así sea" o cualquier otra frase que resuene contigo. Esto marca el final de la comunicación y muestra tu aceptación de que tus palabras han sido expresadas y recibidas.
9. **Práctica continua**: La plegaria es una práctica continua y en evolución. A medida que creces espiritualmente y experimentas cambios en tu vida, tus plegarias también pueden cambiar. Mantén una actitud abierta y receptiva a medida que exploras y profundizas en tu vida espiritual.

Recuerda que la plegaria es una forma personal de comunicación con lo divino, y no hay una manera "correcta" o "incorrecta" de hacerlo. Lo más importante es que te sientas auténtico y conectado durante el proceso.

La "Ana Bechoach" o “Aná Bejóaj” es una oración en hebreo que se encuentra en un antiguo libro judío llamado "Sidur Tikún", que es parte de la tradición mística y cabalística, un texto judío que contiene una colección de plegarias, bendiciones y textos litúrgicos utilizados en el judaísmo, especialmente dentro de la corriente jasídica de la tradición judía. Este sidur es particularmente asociado con la comunidad jasídica de Jabad-Lubavitch. Esta oración es una serie de 42 palabras divididas en siete líneas de seis palabras cada una. Cada línea comienza con una letra diferente del alfabeto hebreo.

La "Ana Bechoach" es considerada poderosa en la tradición judía, especialmente en la corriente cabalística, debido a varias razones:



1. **Aspecto místico y cabalístico:** La oración está vinculada al entendimiento de la naturaleza de D-os y el universo. Se cree que la combinación específica de letras y palabras en la "Ana Bechoach" tiene un significado y poder espiritual profundos.
2. **Números y estructura:** La oración consta de 42 palabras, un número que se considera significativo en la Cábala. Además, la estructura de siete líneas de seis palabras cada una también tiene importancia simbólica en la tradición cabalística.
3. **Invocación de la Divinidad:** La "Ana Bechoaj" es una súplica y una invocación a la Divinidad para que extienda su misericordia y libere al individuo de las limitaciones espirituales y materiales. Se cree que recitar esta oración con devoción puede tener un impacto positivo en la vida espiritual del individuo.
4. **Conexión con el proceso de la Creación:** Algunos creen que la oración está relacionada con el proceso de la Creación y que recitarla correctamente puede ayudar a restaurar y equilibrar las energías cósmicas.

La frase "Ana Bechoaj" en hebreo se traduce generalmente como "Te ruego con la fuerza". Cada palabra tiene su propio significado:

- "Ana" significa "por favor" o "te ruego".
- "Bejoaj" significa "con el poder" o "con la fuerza".

Entonces, en conjunto, "Ana Bechoach" se puede entender como una súplica o una invocación que pide algo con la fuerza o el poder divino

La eficacia de la oración "Ana Bechoach" va depender de la fe y la creencia personal del individuo. En muchas tradiciones religiosas y espirituales, la fe juega un papel crucial en el impacto percibido. Algunas razones por las cuales la fe podría ser importante en este contexto, es que proporciona el enfoque y la devoción necesarios, creer realmente en la eficacia de la oración puede aumentar la concentración y la conexión emocional durante el acto de la oración, lo que, según algunas creencias, puede potenciar su impacto.

La fe está vinculada a la intención detrás de la práctica. Creer en la capacidad de la oración para traer cambios puede infundir una energía positiva y una intención más fuerte.

La fe es esencial para establecer y fortalecer la conexión con lo divino. Creer en la presencia y la respuesta de una fuerza superior puede influir en cómo se percibe y se experimenta la oración.

Es importante señalar su eficacia puede variar según las acciones, las creencias y propósitos individuales. Algunas personas pueden experimentar beneficios y consuelo independientemente de su nivel de fe, mientras que para otras, la fe puede ser un componente crucial.

ANÁ BEJÓAJ (hebreo)

LINEA 1: ANA BECÓAJ. GEDULÁT YEMINÉJA. TATÍR TZERURÁ:
LINEA 2: KABÉL RINÁT AMÉJA. SHAGUEVÉNU TAHARÉNU NORÁ:
LINEA 3: NA GUIBÓR. DORESHÉ YIJUDÉJA. KEVAVÁT SHOMRÉM:
LINEA 4: BARJÉM TAHARÉM. RAJAMÉ TZIDKATÉJA. TAMÍD GOMLÉM:
LINEA 5: JASÍN KADÓSH. BERÓV TUVEJÁ. NAHÉL ADATÉJA:
LINEA 6: YAJÍD GUEÉ, LEAMEJÁ PHENÉ. ZOJERÉ KEDUSHATÉJA:
LINEA 7: SHAVATENU KABÉL. USHMÁ TZAAKATÉNU: YODÉA TAALUMÓT: (Holistico, s.f.)
Esta última parte de la oración "recitar en silencio" o "recitar internamente". Esto implica repetir las palabras de la oración en la mente, sin vocalizarlas audiblemente.
BARUJ SHEM KEVOD MALJUTO LE'OLAM VA'ED (Holistico, s.f.)

ANÁ BEJÓAJ (español)

LINEA 1: Por favor con la fuerza de la grandeza de tu derecha desata lo amarrado.
LINEA 2: Acepta el cántico de tu pueblo, elévanos, purifícanos, ¡oh, temible!
LINEA 3: Por favor, Tú, fuerte, a los que pretenden tu unificación, como la pupila de tus ojos, cuídalos.
LINEA 4: Bendícelos, purifícalos, la Misericordia de tu bondad siempre recompénsalos.
LINEA 5: Poderoso, Santo, con tu cuantiosa benevolencia conduce a tu congregación.
LINEA 6: Único, Superior, a tu pueblo dirígete, los que recuerdan tu Santidad.
LINEA 7: Nuestro clamor acepta y oye nuestro grito, Tú el que conoce los misterios.

Bendito el Nombre Majestuoso de su reinado para siempre eternamente. Amén (Morah, 2016)

אנא בכח גדולת ימינך תתיר צרורה	אבג יתץ	חסד
קבל רנת עמך שגבנו טהרנו נורא	קרע שטן	גבורה
נא גבור דורשי יחודך כבבת שמרם	נגד יכש	תפארת
ברכם טהרם רחמי צדקתך תמיד גמלם	בטר צתג	נצח
חסין קדוש ברוב טובך נהל עדתך	חקב טנע	הוד
יחיד גאה לעמך פנה זוכרי קדושתך	יגל פזק	יסוד
שועתנו קבל ושמע צעקתנו יודע תעלומות	שקו צית	מלכות

ברוך שם כבוד מלכותו לעולם ועד

En última instancia, la relación entre la fe y la eficacia de una oración es un tema subjetivo y puede variar según las creencias y experiencias individuales. Estas son las principales razones de que la Aná Bejóaj tiene tanta trascendencia en la Cábala:

1. **Número de letras en el Nombre de Dios:** En la Cábala, se enseña que el Nombre de D-os tiene 42 letras (Nadie sabe realmente su nombre). Estas letras conforman

uno de los nombres divinos más sagrados y se utilizan en varias prácticas y meditaciones cabalísticas.

2. **Conexión con el Libro del Éxodo:** En la Cábala, se hace referencia al Libro del Éxodo en la Biblia, específicamente al viaje de los hijos de Israel hacia el Monte Sinaí. Según algunas interpretaciones cabalísticas, el éxodo se llevó a cabo a través de 42 estaciones o etapas, lo que vincula el número 42 con la idea de un viaje espiritual.
3. **Número con Significado Místico:** En la Cábala, los números a menudo se consideran portadores de significado místico y simbolismo. El número 42 puede ser interpretado como una combinación de otros números con significados especiales en la Cábala, como 6 (representando la creación) multiplicado por 7 (un número sagrado que simboliza la perfección).

El Ana Becoaj es una plegaria cabalística judía que se recita especialmente durante la oración de Kabbalat Shabat, el viernes por la noche antes del comienzo del Shabat. Esta plegaria está compuesta por siete versos, cada uno con seis palabras, y se dice que tiene un profundo poder espiritual.

En cuanto a la relación entre el Ana Becoaj y el nombre de D-os, es importante mencionar que el Ana Bekoaj está estrechamente vinculado a la tradición cabalística. La tradición cabalística enseña que las palabras y letras del Ana Becoaj contienen un poder espiritual significativo que puede elevar y purificar el alma.

En la Cábala, el nombre de D-os se considera una manifestación del poder divino y se representa a través de diversas combinaciones de letras hebreas. Según la Cábala, el nombre de D-os más sagrado e importante es el Tetragrámaton, compuesto por cuatro letras hebreas: Yod, Hei, Vav, Hei (יהוה), que generalmente se translitera como "YHWH" o "Yahvé". Este nombre se considera tan sagrado que, tradicionalmente, no se pronuncia en la liturgia judía, y su pronunciación exacta ha sido objeto de debate y misterio a lo largo de los siglos.

La relación entre el Ana Bekoaj y el nombre de D-os radica en la creencia cabalística de que las letras y las palabras tienen un poder espiritual intrínseco y que, al recitar el Ana Bekoach, se invoca la energía espiritual contenida en las letras y en el nombre de D-os. Se cree que esta invocación puede fortalecer la conexión del individuo con lo divino y elevar su alma hacia niveles superiores de conciencia espiritual.

En resumen, el Ana Bejoaj y el nombre de D-os están conectados en la tradición cabalística judía a través de la creencia en el poder espiritual de las letras y las palabras hebreas. La recitación del Ana Bekoaj se considera una forma de invocar la energía espiritual contenida en las letras de esta plegaria y en el nombre de D-os, con el propósito de elevar y purificar el alma del individuo.



La singularidad de esta plegaria radica en que las dos primeras palabras de cada frase forman un Nombre de 42 Letras de D-os.

Este Nombre de 42 Letras de D-os es un concepto fundamental en la mística judía y se considera una expresión de la divinidad en la creación del mundo. Cada frase de la plegaria representa un día de la creación y revela un aspecto específico de la naturaleza divina, como la grandeza, la belleza, la victoria, la humildad, entre otros.

La primera letra de cada palabra en las frases de la plegaria conforma este Nombre de 42 Letras, que se asocia con los siete días de la creación. Estos nombres, en la tradición mística, representan las energías divinas utilizadas por D-os para crear y revelar Su gloria en el mundo.

Supongamos las cuarenta y dos letras, se pueden intercambiar de lugar, aunque están algunas repetidas, y que el **ANÁ BEJÓAJ sea una especie de encriptado**, si tomamos cada letra, como si fueran objetos diferentes, los cuales podemos acomodar en diferentes formas, eso nos lleva a lo siguiente, La cantidad total de combinaciones posibles de un conjunto de 42 objetos distintos se puede calcular usando la fórmula de combinaciones. La fórmula de combinaciones se expresa como $C\ n,k\ = \frac{n!}{k!\ n-k\ !}$, donde n! es el factorial de n.

Para encontrar la cantidad total de combinaciones de 42 objetos (donde n=42), simplemente necesitas calcular C(42,k) para cada k posible (desde 0 hasta 42) y sumar esos valores. La fórmula completa sería:

Total de combinaciones= ${}_{0}^{42}C(42,k)$

Sin embargo, dado que C(n,k)=C(n,n−k), puedes notar que la suma de las combinaciones hasta la mitad (k=21) ya incluye todas las combinaciones posibles. Entonces, la fórmula se puede simplificar a:

Total de combinaciones= ${}_{0}^{21}C\ 42,k\ *2$ El resultado exacto de esta suma puede ser computacionalmente intensivo debido a los grandes números involucrados en los factoriales. Puedes usar software o programación para realizar estos cálculos, o incluso puedes utilizar aproximaciones si una respuesta precisa no es necesaria.

$${}_{0}^{21}\ C\ 42,k\ x2 = 2.81895\ * 10^{31} * 2 = 5.6379\ * 10^{31}$$

Cinco quintillones seiscientos treinta y siete mil novecientos cuatrillones de combinaciones posibles aproximadamente para saber el nombre de D-os en lo que respecta a la Torá, ya que aunque forman un enunciado, la combinación correcta de su nombre sería difícil de revelar ya que existe una gran cantidad de posibilidades y muchas de ellas posiblemente no tengan sentido y no sabemos cuantas descartar.



La cifra $5.6379 * 10^{31}$ representa un número extremadamente grande. Para expresar lo vasto de este número y entender su magnitud, podemos explorar algunos contextos y comparaciones:

1. **Combinaciones Únicas:** El hecho de que haya $5.6379 * 10^{31}$ combinaciones posibles implica una diversidad increíble. Esto significa que hay una cantidad astronómica de formas en que los elementos pueden combinarse. Es tan grande que es difícil visualizar la escala de posibilidades.
2. **Comparación con Números Cotidianos:**
    - **Población de la Tierra:** La población actual de la Tierra es de alrededor de 7.9 mil millones aproximadamente. La cifra $5.6379 * 10^{31}$ es miles de veces mayor que la población mundial actual.
    - **Átomos en el Universo Observable:** Se estima que hay alrededor de 10^{80} átomos en el universo observable. La cifra $5.6379 * 10^{31}$ es aún mucho menor que el número total de átomos, pero sigue siendo una cantidad extraordinaria.
3. **Llaves en un Teclado:**
    - **Teclas en un Teclado Estándar:** Un teclado estándar tiene alrededor de 101 teclas (contando letras, números y otros caracteres). La cifra $5.6379 * 10^{31}$ es varias órdenes de magnitud mayor que el número de combinaciones posibles de teclas en un teclado estándar.
4. **Posibles Secuencias de ADN:**
    - **Combinaciones de Bases en el ADN:** En el ADN, las bases adenina, timina, citosina y guanina forman combinaciones. Si consideramos estas combinaciones como dígitos, la cifra $5.6379 * 10^{31}$ supera con creces la cantidad de secuencias de ADN únicas posible.

Este número representa una enormidad en términos de posibilidades. En el contexto de la búsqueda del nombre de D-os, esta cifra subraya la complejidad y diversidad de las combinaciones posibles, destacando la inmensidad y la singularidad de la búsqueda espiritual.

En el rincón de la contemplación, me encontré perdido en el eco de la pregunta sobre el nombre de D-os, una puerta que se abría hacia la vastedad del Universo y sus secretos más profundos. La humanidad, en su travesía intelectual, ha arañado la superficie de los enigmas cósmicos y el origen mismo de nuestra existencia, pero entre las estrellas brillantes, la oscuridad persiste, y el camino por descubrir se extiende ante nosotros como un vasto horizonte de misterios inexplorados.

Nos hallamos en un mar de incertidumbres, navegando como seres de creencias a través de las olas de lo desconocido. Algunos pintan la existencia como seres sintientes, conectados con un D-os a través de nuestras vidas, mientras que otros la visualizan como intrincados sistemas mecánicos, como vientos, cadenas y engranajes que dan vida a nuestra fuerza interior. Sin embargo, incluso más allá de lo que nuestros ojos alcanzan a

ver, la verdad se oculta tras las sombras, como los misteriosos confines de una caja negra (es una metáfora).

Este concepto del universo como una caja negra, regalo de la cibernética, revela la naturaleza esquiva del universo mismo. Es como una computadora que le ingresas datos. Lanzamos nuestras preguntas como inputs a esta caja cósmica y recibimos respuestas como outputs, pero el enigma persiste en el "¿cómo?". La ciencia, valiente exploradora, ha intentado descifrar el contenido de esta caja negra, pero el misterio persiste, desafiando nuestros intentos de comprensión.

Y así, como si fuera un reflejo del cosmos, nuestra mente, es nuestra caja negra interna, es otro enigma. A pesar de querer creer que entendemos lo que sucede dentro de nosotros, se revela que hay más sombras que luces en esta exploración. El cuerpo humano, dividido en lo físico y lo psíquico, plantea una paradoja compleja. La relación mente y cuerpo, que muchos creían superada, sigue siendo un dilema sin resolver, con destellos de antagonismo que persisten.

La dualidad de la psique, con su consciente e inconsciente, crea un laberinto emocional. Aunque algunos afirmen haber avanzado más allá de las teorías de Freud, la relación entre el consciente y el inconsciente sigue siendo una caja negra en la que se mezclan sueños y realidades.

En este viaje a través de cajas negras, descubrimos que el universo y nosotros mismos seguimos siendo poéticos enigmas, un recordatorio de que, a pesar de nuestros avances, la maravilla y la incertidumbre persisten, envolviéndonos en un abrazo eterno de misterio.

En este contexto, el universo se compara con una caja negra: lanzamos "inputs" como preguntas y observaciones, pero lo que recibimos como "outputs" (respuestas o fenómenos observados) no nos revela completamente cómo funciona o qué sucede en su interior. Este concepto subraya la limitación de nuestro conocimiento y la dificultad de desentrañar los secretos más profundos del cosmos (Hernández & Ruzzarin, ¿Por qué crees lo que crees?, 2022).

La ciencia, representada como el intento de comprender la realidad, se enfrenta al desafío de descifrar el "cómo" detrás de los fenómenos observados. Aunque la ciencia ha arrojado luz sobre muchos aspectos del universo, la verdadera naturaleza de ciertos procesos o eventos puede seguir siendo un enigma debido a nuestras limitaciones tecnológicas o conceptuales.

La metáfora de la "caja negra" del universo destaca la idea de que, a pesar de nuestros esfuerzos científicos, el cosmos guarda secretos profundos e insondables, recordándonos la humildad de nuestro conocimiento frente a la vastedad y complejidad del universo.

La vida humana es muy breve para que una sola persona pudiera entender todo esto, una sola persona no le bastaría una vida entenderlo, pero lo que prevalece es el amor que dimos a los que amamos, el tiempo y el espacio van tejiendo historias cósmicas que desafían la comprensión humana. A medida que contemplamos las estrellas y los misterios del cosmos, surge una verdad conmovedora: "*El amor es la única fuerza que captamos, capaz de ir más allá de las limitaciones impuestas por el tiempo y el espacio*".

Miramos hacia arriba, hacia las estrellas, con sueños de grandeza y un anhelo por descubrir nuestro lugar en el vasto firmamento. Sin embargo, el tiempo, implacable, nos ha llevado a mirar hacia abajo, a enfrentarnos a nuestra propia efímera existencia entre el polvo de las estrellas que alguna vez aspiramos alcanzar.

En este viaje por el tiempo y el espacio, nos damos cuenta de que la verdad, aunque poderosa, no siempre es la opción más diplomática o segura en la comunicación con las personas. La sinceridad, como una estrella brillante en la oscuridad, a veces nos exige valentía y compasión para iluminar el camino hacia una conexión más profunda con otras personas.

Somos llamados a trascender nuestra existencia individual y pensar como especie. En este llamado, reconocemos que la humanidad nació en la Tierra, pero nunca estuvo destinada a morir aquí. Este mundo, un tesoro único en el vasto universo, nos susurra que lo abandonemos temporalmente para explorar más allá, llevando con nosotros la responsabilidad de ser guardianes de la vida y la maravilla.

Como padres, nos convertimos en los arquitectos del futuro, siendo el fantasma que guía a nuestros hijos hacia la grandeza. La muerte, un misterioso velo en el tiempo, no nos infunde miedo, sino que nos conecta con la urgencia de cada momento, ya que, como viejos físicos, tememos al implacable paso del tiempo.

El amor, una fuerza inmutable y observable, se erige como el faro que guía nuestras vidas. Es un fenómeno que va más allá de la invención humana, manifestándose en conexiones profundas y significativas que perduran en el tejido mismo del universo.

En nuestra búsqueda de superar lo imposible, reconocemos que estos momentos de audacia definen nuestra humanidad. Al apuntar más alto, al romper barreras y al alcanzar las estrellas, convertimos lo desconocido en conocido, dejando una huella en el tiempo y el espacio que trasciende nuestra breve existencia.

En este viaje cósmico, entendemos que para ascender, a veces debemos dejar algo atrás. Pero en el fulgor de nuestra travesía, recordamos que incluso frente a la oscuridad inevitable, la llama del amor y la valentía puede arder eternamente. En este vasto universo, el amor es nuestra constante, nuestra guía, nuestra conexión trascendental que perdura más allá de las estrellas y los límites del tiempo.



El amor, en su esencia, es intemporal. No se somete al dictado del reloj ni se ve constreñido por las dimensiones que limitan nuestras percepciones. Puede perdurar a lo largo de los años, desafiando la erosión del tiempo, y extenderse más allá de las distancias astronómicas que separan a las almas afines. Es la única fuerza que, como un haz de luz, atraviesa la oscuridad del tiempo y del espacio, conectando a las personas de maneras que van más allá de cualquier medida física.

Una muestra de amor (en la religión cristiana), hace muchos años, en Jerusalén, vivió un hombre extraordinario llamado Jesús. Su historia es un relato de amor, sacrificio y perdón que ha perdurado a través de los siglos. En aquel entonces era mucha la duda en D-os Padre entre la gente de Israel, estaba presentada como corrupción religiosa en su época, y Jesús es presentado como el único que tuvo el coraje de enfrentarse a ella.

En la vastedad del firmamento, entre las constelaciones, resonaba una palabra divina que llamó a la misericordia. En los cielos, el Creador, tejedor de estrellas y arquitecto de galaxias, contempló la senda de las almas mortales, atrapadas en los hilos de su propia fragilidad.

Desde su trono celestial, la compasión del Altísimo tomó forma en un acto grandioso y sublime. Convocó a su Hijo, la luz del Paraíso, ungido con la esencia misma del amor inmutable. Envió a Jesús (Yēšūa, ישוע), el Redentor, en un viaje épico desde las alturas celestiales hasta la humildad terrenal.

En la Tierra, el Hijo Divino se despojó de su fulgor celestial, vistiendo la piel de la humanidad. Caminó entre mortales, sus pasos resonando en las arenas del tiempo, y sus ojos, luceros de esperanza, reflejaban el anhelo de redimir a aquellos cuyas almas yacían en la penumbra.

Jesús, el Portador de la Verdad, predicó palabras que eran como ríos de luz, desbordando sabiduría sobre corazones sedientos. Sus manos, que habían esculpido las galaxias, sanaron heridas y acariciaron almas que ansiaban paz.

"Oh, la ética que enseñó. Nunca habló un hombre como ese hombre. Cuando te golpean en un lado, dice que pongas la otra mejilla. Nunca dijo qué hacer después de eso, pero sí dijo que perdonaras setenta veces siete. Contabiliza eso. Jesús enseñó que debemos perdonar, enseñó una revolución en la forma en que debemos vivir, nos enseñó que no es solo nuestras acciones externas las que D-os juzga, sino el fin con pensamientos" (Bible Unleashed, 2022).

Su martirio comenzó cuando le capturaron, lo sentenciaron a muerte, cuando le quitaron la ropa, y con crueldad, lo golpearon con tiras de cuero con perdigones de acero o plomo. Una corona de espinas fue colocada en su frente, y su rostro sangraba. Fue objeto de risas, escupitajos y burlas, pero en medio de todo, no pronunció palabras de odio ni buscó venganza.

En un acto de valentía, Jesús rechazó la ayuda de setenta y dos mil ángeles que estaban listos para salvarlo, acabar con nuestra existencia y borrar este planeta de la existencia en el universo. Y Jesús dijo no. "Para esto nací". No era simplemente un líder revolucionario o un personaje excéntrico; era el hijo de D-os, un ser divino que caminaba entre los hombres.

"Su revolución no estaba solo en cambiar acciones externas, sino también en transformar pensamientos y corazones" (Bible Unleashed, 2022).

Luego, llevó una pesada cruz, sin quejas ni lamentos. Clavaron sus manos en la madera, y en ese momento, en lugar de clamar por justicia, pronunció palabras de perdón: "Perdónalos, no saben lo que hacen". ¿Podríamos perdonar a aquellos que nos hieren, como él hizo? "¿Podrías perdonar a alguien que te está clavando las manos y sabes que no lo merecías?" (Bible Unleashed, 2022)

En la crucifixión, cuando Jesús dijo: (revista Discernir, 2020) «Eli, Eli, lama sabachthani» ¿Dios porque me has abandonado?, unos se burlaban y otros pensaban que llamaba a Elias, pero él estaba desafiando a la duda, él estaba desafiando al oponente o adversario (Hasatan), para que viera como cumplía la voluntad de su padre y fue una forma de hacer creer a Lucifer que había perdido la esperanza en su padre. Pero no fue así lo hizo para que el adversario viniera a ver que había cumplido la tarea de su Padre (Berg Y. , 2010).

Cuando finalmente muere dijo: "Está consumado". En estas palabras, anunció que el plan de salvación estaba completo. Ahora, D-os podía perdonar a la humanidad por todos sus pecados gracias al sacrificio de Jesús.

La muerte que Jesús experimentó fue diferente a cualquier otra. Los relámpagos destellaron, el trueno rugió y la tierra tembló, el templo se partió, revelando la magnitud de su sacrificio. Incluso los soldados reconocieron su divinidad.

Cualquiera que hubiera estado ahí, *"Cualquiera que vea a Jesús en esa cruz y no se conmueva tiene un corazón de piedra…"* (Bible Unleashed, 2022)*"*.

Esta historia no es solo un relato antiguo; es un recordatorio de un amor eterno, un perdón incondicional y un sacrificio redentor. D-os conoce a cada uno de nosotros por nuestro nombre y espera que aceptemos su regalo de amor y salvación. Su historia resuena en el tiempo, un faro que guía a aquellos que buscan la luz en medio de la oscuridad.

"Luego, mira la muerte que tuvo. ¿Alguna vez un hombre murió como Jesús? Los relámpagos destellaron, el trueno rugió y la tierra comenzó a temblar. Incluso los soldados confesaron que este debía ser el Hijo de Dios".

Dios ahora puede perdonarte de todos tus pecados porque Jesús había completado el plan de su Padre para tu salvación. Porque D-os conoce a cada uno de nosotros por nuestro nombre.

En el monte Gólgota, donde convergían los destinos de los mortales, se erigió un altar de redención. El Hijo del Altísimo, coronado de espinas, cargó sobre sus hombros el peso de la humanidad. En ese instante trascendental, entre el cielo y la tierra, se consumó el acto supremo de amor divino.

Las lágrimas de D-os cayeron como estrellas fugaces en la oscuridad, mientras Jesús, el Salvador, entregaba su vida para liberar a las almas cautivas del yugo del pecado. La crucifixión, un poema trágico pero lleno de gracia, fue el puente tendido entre lo terrenal y lo divino, entre la condena y la redención.

En la mañana de la resurrección, cuando los rayos del sol pintaban el horizonte con pinceladas doradas, la tumba vacía resonó con la victoria sobre la muerte. Jesús, el Triunfante, ascendió a los cielos, llevando consigo las cadenas rotas del pecado y abriendo las puertas del eterno perdón.

Así, en el relato épico de la salvación, D-os envió a su Hijo para que, con su amor divino, tejiera un nuevo destino para las almas perdidas. Jesús, el Salvador eterno, sigue siendo la luz que guía a través de las eras, recordándonos que en la epopeya de la redención, el amor prevalece y la esperanza es eterna.

Desde tiempos inmemoriales, poetas, filósofos y soñadores han buscado comprender el misterio del amor, y aunque sus expresiones varían, todos convergen en la idea de que el amor es una fuerza que va más allá de la vida terrenal. Es en la naturaleza intrínseca del amor donde radica su inmortalidad.

El amor, en su forma más pura, trasciende el tiempo porque está arraigado en la conexión profunda entre las almas. No está confinado por las limitaciones cronológicas de la existencia física, sino que se proyecta a través de la eternidad en la esencia misma de la conciencia. Las relaciones que han sido impregnadas con el amor verdadero se convierten en hilos atemporales que conectan a las personas a través de los siglos, desafiando la linealidad del tiempo.

Además, el amor se manifiesta en actos de generosidad, compasión y sacrificio desinteresado, creando un legado que perdura mucho después de que los protagonistas hayan dejado este plano de realidad. Las obras de amor, tejidas en el tapiz de la historia, resuenan como ecos inmortales que inspiran y trascienden generaciones.

La inmortalidad del amor también yace en su capacidad de transformar y sanar. El amor no se desvanece con la marcha de los años; en cambio, evoluciona, adapta y se manifiesta de

maneras que desafían la comprensión convencional. El amor persiste en las memorias, en los gestos de bondad y en las lecciones que se transmiten de generación en generación.

En la esencia del amor inmortal está la idea de que, al amar, trascendemos nuestra propia individualidad y nos conectamos con algo más grande que nosotros mismos. En este acto de trascendencia, el amor se convierte en un puente entre lo finito y lo infinito, entre lo terrenal y lo divino.

Cábala y el Lenguaje

La Cábala, una disciplina espiritual y filosófica antigua, ofrece una visión única sobre el lenguaje y su relación con la espiritualidad. En su comprensión, las palabras y las letras no son meros vehículos de comunicación, sino componentes de un código que trasciende la realidad física y señala objetos espirituales y sus conexiones intrínsecas.

Imaginemos por un momento una criatura extraterrestre que habla nuestro idioma pero atribuye significados completamente distintos a las palabras que utilizamos. ¿Podríamos considerar ese lenguaje como el nuestro? La Cábala nos desafía a explorar este concepto, sugiriendo que las palabras en sí mismas no son estáticas, sino que adquieren su significado verdadero en relación con el mundo espiritual al que señalan (Laitman M. , Cabalá, Bnei Baruj, s.f.).

Los cabalistas, al leer textos escritos por otros cabalistas, no solo interpretan las palabras literalmente, sino que penetran en su esencia espiritual para comprender su verdadero significado. De manera similar a un músico que interpreta una partitura escrita hace siglos, los cabalistas decodifican el lenguaje de las letras para percibir la realidad espiritual subyacente.

En este contexto, las palabras cotidianas adquieren un nuevo matiz de significado. Términos que podrían parecer vulgares o inapropiados en el contexto espiritual son empleados por los cabalistas porque son los únicos que pueden señalar con precisión las raíces espirituales de los objetos o conceptos que representan. Estos términos, como "beso", "copular", "abrazo", trascienden su significado mundano y apuntan a realidades más profundas y sutiles.

La Cábala sostiene que cada objeto en nuestro mundo tiene una raíz superior en el Mundo Superior y, por lo tanto, debe ser designado con un nombre específico que refleje esta conexión. La precisión del lenguaje en la Cábala es crucial, ya que cada palabra señala una raíz espiritual única que no puede ser reemplazada sin romper la conexión entre la rama y su raíz superior.

En este contexto, el hebreo se presenta como un idioma particularmente adecuado para el lenguaje de las ramas, ya que cada letra y palabra en este idioma lleva consigo una esencia



espiritual intrínseca. La Torá, escrita en hebreo, se considera un canal de transmisión de conocimiento espiritual debido a esta cualidad única del idioma.

El proceso de comprensión de la Cábala implica despojarse de los significados convencionales de las palabras y aprender a percibir su significado espiritual. Esto requiere un cambio profundo en la percepción y la comprensión del lenguaje, un proceso que solo unos pocos pueden alcanzar debido a su dedicación y esfuerzo espiritual.

Los cabalistas, a través de su trabajo y estudio, desarrollan una conexión íntima con el mundo espiritual, lo que les permite comprender los textos sagrados y transmitir su sabiduría de manera precisa. Esta comprensión espiritual va más allá de las palabras y letras, alcanzando la esencia misma de la creación y la relación entre el Creador y la criatura.

En resumen, la Cábala ofrece una perspectiva única sobre el lenguaje y su relación con la espiritualidad. A través de un cuidadoso estudio y práctica, los cabalistas pueden desentrañar el significado espiritual detrás de las palabras, revelando así una comprensión más profunda de la realidad y la relación entre el mundo físico y el mundo espiritual.
Por ejemplo para ejemplificar la relación te contare de dos sefirot, llamadas Geburá y Jésed pero para que no te pierdas te adelanto algo de información para que te vayas familiarizando, El Árbol de la Vida es un símbolo central en la Cábala (para que te sea más fácil es un diagrama en forma de árbol que tiene diez ramas), que representa la estructura del universo y la conexión entre el mundo físico y el mundo espiritual. Consiste en diez Sefirot (es un plural de la palabra sefirá), que son emanaciones divinas que canalizan la energía divina desde lo más alto del Árbol hacia el mundo material. Cada Sefirá (Es como si fuera un fruto en el diagrama del árbol y representan diferente dimensiones espirituales, estas se unen por las ramas del diagrama de árbol que llamaremos caminos) representa un aspecto diferente del Creador y del cosmos, y juntas forman un sistema de comprensión y práctica espiritual en la Cábala. Algunas de las Sefirot principales incluyen:

1. Kéter (Corona): Representa la voluntad divina y la fuente de toda la creación.
2. Jojmá (Sabiduría): Representa la intuición y la comprensión intuitiva del universo.
3. Biná (Entendimiento): Representa la capacidad de discernir y comprender profundamente la realidad.
4. Jésed (Misericordia): Representa el aspecto amoroso y generoso del Creador.
5. Geburá (Poder): Representa el aspecto disciplinario y restrictivo del Creador.
6. Tiféret (Belleza): Representa la armonía y la integración de los aspectos opuestos.
7. Netsaj (Victoria): Representa la perseverancia y la determinación en la manifestación de la voluntad divina.
8. Hod (Gloria): Representa la humildad y la receptividad ante la grandeza divina.
9. Yesod (Fundamento): Representa la conexión entre lo espiritual y lo material, así como los procesos de manifestación y creación.
10. Maljut (Reino): Representa la manifestación final del plan divino en el mundo material, así como la receptividad de la humanidad hacia lo divino.

Rígor
Equilibrio
Compasión
Kéter
כתר
Biná
בינה
חכמה
Jojmá
דעת
Dáat
Geburá
גבורה
חסד
Jésed
Tiféret
תפארת
Hod
הוד
נצח
Netsaj
יסוד
Yesod
מלכות
Maljut

Volviendo al tema nos enfocamos por el momento en Jésed y Geburá. Jésed se relaciona con la misericordia, la compasión y el perdón. En esta dimensión, se habla de la importancia de perdonar a los demás y perdonarse a uno mismo. La idea es liberarse de la culpa y la autoexigencia excesiva. Jésed también se refiere a la bondad desinteresada y a la compasión hacia los demás. Sin embargo, se advierte sobre el peligro de ser tan compasivo con los demás que uno mismo se descuide o se sienta humillado (Sabán, 🎙 MARIO SABAN: CÁBALA PSICOLÓGICA ➤ CÓMO SANAR LAS 10 SEFIROT | ÁRBOL DE LA VIDA (+entrevista), s.f.).

Geburá, por otro lado, se relaciona con la fuerza, la disciplina y el autocontrol. En esta dimensión, se enfatiza la importancia de mantener el control sobre las emociones y no ceder a impulsos emocionales destructivos. Sin embargo, se advierte que un exceso de Geburá puede llevar al abuso de poder sobre los demás, lo que puede manifestarse en el deseo de controlar emocionalmente a otros (Sabán, 🔯 MARIO SABAN: CÁBALA PSICOLÓGICA ➤ CÓMO SANAR LAS 10 SEFIROT | ÁRBOL DE LA VIDA (+entrevista), s.f.).

Estas dos dimensiones, Jésed y Geburá, representan dos lados de una misma moneda y buscan el equilibrio entre la compasión y la disciplina, evitando los extremos (Sabán, 🔯 MARIO SABAN: CÁBALA PSICOLÓGICA ➤ CÓMO SANAR LAS 10 SEFIROT | ÁRBOL DE LA VIDA (+entrevista), s.f.), se extiende a las relaciones humanas incluso lenguaje corporal.

El lenguaje corporal del apretón de manos es un ejemplo, revisaremos algunos ya que es un tema extenso, compararemos saludos (Univisión, 2017), y como se relaciona con el concepto de Jésed en varios aspectos:

1. **Fuerza y Generosidad en el Apretón de Manos**: La fuerza en un apretón de manos tiene un significado en cuanto al lenguaje no verbal. Quien aprieta fuerte la mano del otro busca demostrar que está en lo acertado y muestra confianza en sí mismo (Univisión, 2017). Esto se relaciona con la idea de Jésed en el sentido de mostrar generosidad y seguridad en el saludo.
2. **Apretón de Manos Equilibrado y No Dominante**: Un apretón firme pero sin exceso de fuerza, donde ambas personas hacen contacto visual, es ideal para inspirar sensaciones positivas en el otro y mostrarse como alguien confiable, sin intentar dominar (Univisión, 2017). Esto refleja un equilibrio entre Jésed y Geburá en la interacción. Jésed se relaciona con la generosidad y la confianza, mientras que Geburá se relaciona con la restricción y la no dominación.
3. **Personalidad Narcisista y Exceso**: Un apretón de manos exagerado, largo y con gestos extras puede ser típico de personas con personalidad narcisista que quieren destacar sobre el resto (Univisión, 2017). Esto se relaciona con el desequilibrio entre Jésed y Geburá, donde un exceso de Jésed puede llevar a comportamientos narcisistas y dominantes.
4. **El Apretón de Manos Perfecto**: Un apretón de manos "perfecto" es el que dura dos segundos, se hace con la mano derecha y el cuerpo recto, es firme pero no demasiado fuerte, y se acompaña con contacto visual y una sonrisa (Univisión, 2017). Este apretón de manos "perfecto" demuestra interés genuino en la otra persona y refleja una combinación equilibrada de Jésed y Geburá.

Las Sefirot, como componentes del Árbol de la Vida en la Cábala, no solo representan aspectos divinos del universo, sino que también se reflejan en todos los aspectos de la existencia, incluido nuestro lenguaje y comportamiento. La importancia de cómo estas Sefirot se manifiestan en nuestro lenguaje, gestos y ademanes radica en la comprensión de



que cada aspecto de nuestra comunicación y comportamiento está imbuido de energía espiritual y refleja aspectos de nuestra conexión con lo divino y con los demás.

Por ejemplo, si manifestamos generosidad y compasión en nuestras palabras y acciones, esto refleja la presencia de la Safira de Jésed (Misericordia) en nuestra vida. Del mismo modo, si mostramos determinación y disciplina en la consecución de nuestros objetivos, esto puede indicar la influencia de la Safira de Geburá (Poder, Rígor y Disciplina). Nuestro lenguaje corporal también puede revelar aspectos de nuestra conexión espiritual, como la humildad, la receptividad o la armonía, que están asociados con diferentes Sefirot.

Al comprender cómo estas energías se manifiestan en nuestro lenguaje y comportamiento, podemos obtener información valiosa sobre nosotros mismos y sobre los demás. Esto nos permite ser más conscientes de nuestras propias tendencias y patrones de comportamiento, así como de las influencias espirituales que están en juego en nuestras interacciones diarias.

Además, al reconocer y comprender las Sefirot en nuestro lenguaje y comportamiento, podemos trabajar conscientemente para cultivar aspectos específicos de nuestra conexión espiritual y mejorar nuestra comunicación y relaciones con los demás. Por ejemplo, al practicar la generosidad y la compasión en nuestras palabras y acciones, podemos fortalecer la influencia de la Safira de Jésed en nuestra vida y promover la armonía y el bienestar en nuestras relaciones.

En resumen, la importancia de cómo las Sefirot se reflejan en nuestro lenguaje y comportamiento radica en la comprensión de que cada aspecto de nuestra existencia está imbuido de energía espiritual y refleja nuestra conexión con lo divino y con los demás. Al ser conscientes de estas influencias espirituales y trabajar para cultivar aspectos específicos de nuestra conexión espiritual, podemos mejorar nuestra comunicación y relaciones, así como nuestro crecimiento personal y espiritual.

Satán

¿Alguna vez te habías preguntado quién es el oponente y qué papel desempeña en tu vida? ¿Cómo influye el ego en tu viaje espiritual? Acompáñenme en este viaje de autoexploración mientras desentrañamos estas cuestiones profundas.

Nathan Alba Rock del Instituto Israelí de Estudios Bíblicos sobre el concepto de Satanás en la Biblia hebrea. El video aborda la percepción común de Satanás como una figura temible con cuernos y cola, pero señala que esta imagen no coincide con lo que realmente se encuentra en la Biblia hebrea.

En lugar de eso, el término "Satanás" en la Biblia hebrea se refiere a un adversario, ya sea político, militar o divino. Por ejemplo, se utiliza para describir a los enemigos políticos de Israel o a personas reales que se oponen a los planes divinos. También se menciona que en



casos donde se refiere a un adversario divino, como en el libro de Job y en Zacarías, se trata de un acusador en el tribunal divino o en el consejo celestial (Alba Rock, 2018).

En resumen se sugiere que la percepción popular de Satanás como una figura maligna con cuernos no refleja la complejidad y diversidad de su papel en la Biblia hebrea. Esto nos invita a los espectadores a explorar más sobre este tema y a obtener más información.

Un libro fascinante titulado "Satán, una biografía", escrito por Yehuda Berg, un rabino que desafía las convenciones religiosas. Berg argumenta que el término "Satán" tiene sus raíces en el judaísmo, específicamente en el término "Hasatán", que los antiguos israelitas usaban para referirse al mal y a los oponentes de las acciones malvadas, más que a una figura demoníaca en sí misma.

En nuestra Biblia, encontramos referencias al demonio, como en el relato de la expulsión de los demonios hacia una manada de cerdos. Sin embargo, la respuesta del demonio al ser interrogado sobre su nombre es intrigante: "Nos llamamos multitud". Esta visión del demonio como una entidad que promueve el mal está arraigada en la tradición cristiana, pero Berg sugiere una interpretación diferente.

Según Berg, el nombre "Satán" se deriva de "Luxllucis", que significa "el que trae la luz". Esta perspectiva ofrece una visión más compleja de Satán, como alguien que despierta en nosotros la capacidad de superar las tentaciones y alcanzar la perfección (Darwich, 2015).

Algunos argumentan que Satán no es una entidad real, sino más bien una metáfora de nuestra inclinación hacia el mal, una lucha interna entre hacer el bien y el mal. Esta interpretación resalta el concepto del libre albedrío y la responsabilidad personal en nuestras acciones.

En última instancia, Berg nos insta a reflexionar sobre cómo el deseo de poseer y consumir en exceso puede desviar nuestra atención de lo que realmente importa en la vida. El dinero y la ostentación pueden parecer signos de éxito, pero la verdadera riqueza reside en vivir con simplicidad y buscar la felicidad a través del amor y la conexión con los demás.

Nos desafía a cuestionar nuestras propias creencias sobre Satán y a considerar cómo nuestras acciones y elecciones diarias pueden influir en nuestro camino hacia la verdadera felicidad y realización. ¿Creemos en Satán como una entidad real, o es más bien una metáfora de nuestras propias luchas internas? La respuesta, como sugiere el refrán, puede depender de quién esté dispuesto a prestarle atención.

Desde la perspectiva cabalística, el concepto de Hasatan o el Oponente adquiere una dimensión interna y profunda. En lugar de ser una entidad externa que obstaculiza nuestro progreso espiritual, Hasatan se manifiesta dentro de nosotros mismos, principalmente a través del ego.

El ego, según la enseñanza cabalística, es esa parte de nosotros que está orientada hacia la satisfacción de los deseos mundanos, la autopreservación y la separación del Todo. Es el aspecto de nuestra conciencia que nos lleva a identificarnos con la individualidad y nos desconecta de nuestra verdadera esencia espiritual y del propósito divino.

Hasatan opera a través del ego al presentarnos desafíos y pruebas que nos llevan a cuestionar nuestra fe, nuestra conexión con lo divino y nuestro propósito en la vida. Nos incita a centrarnos en nuestras necesidades y deseos materiales, alejándonos de la búsqueda de la verdad y la elevación espiritual.

Sin embargo, desde esta perspectiva cabalística, el papel de Hasatan no es impedir nuestro avance espiritual de manera directa, sino más bien actuar como un catalizador para nuestro crecimiento y evolución. Al enfrentarnos a las pruebas planteadas por Hasatan a través del ego, tenemos la oportunidad de superar nuestras limitaciones, trascender nuestras sombras y alcanzar un mayor nivel de conciencia espiritual.

En lugar de percibir a Hasatan como un enemigo externo, podemos entenderlo como una fuerza interna que nos impulsa a profundizar en nuestro viaje espiritual. Al reconocer y trascender las influencias del ego, podemos liberarnos de su control y avanzar hacia una mayor conexión con lo divino y una vida más plena y significativa. En última instancia, el desafío radica en aprender a utilizar las pruebas planteadas por Hasatan como oportunidades para nuestro crecimiento y transformación espiritual.

Yehuda Berg nos guía hacia la comprensión de que Satán no es el ser maligno con cuernos y tridente que la cultura popular nos ha hecho creer. En realidad, representa simbólicamente nuestro ego interior, el cual constantemente nos desafía al presentarnos pruebas y obstáculos en nuestro camino hacia la realización espiritual.

Pero, ¿cuál es el propósito de este oponente? Su función es ayudarnos a enfrentar nuestras limitaciones, miedos y apegos, impulsándonos a explorar nuestras sombras y superarlas para alcanzar un mayor crecimiento espiritual y evolución. Reconocer al oponente como una fuerza impulsora en nuestro camino nos permite convertirlo en un aliado poderoso para nuestro desarrollo personal.

El ego, manifestación del oponente, puede manifestarse de diversas formas en nuestra vida cotidiana. Desde la autocrítica hasta la resistencia al cambio, desde la comparación y envidia hasta el miedo y las dudas. Reconocer estas manifestaciones nos permite trascender su control y avanzar hacia un mayor crecimiento espiritual y autoconocimiento.

El ego nos ofrece valiosas lecciones para dominar a nuestro oponente y liberarnos de su influencia. Entre estas lecciones, se encuentra el reconocimiento del mismo, de nuestro ego, ya que el peor engaño para la humnidad es hacernos creer a cada uno de nosotros que somos el, esto no lleva a asumir la responsabilidad personal, transformar el juicio en compasión, tomar decisiones conscientes y cultivar la conexión espiritual.



Al aplicar estos principios en nuestra vida diaria, podemos vivir de manera más auténtica y alineada con nuestra verdadera naturaleza. Cada desafío y obstáculo en nuestra vida se convierte en una oportunidad de crecimiento y aprendizaje.

Les invito a seguir explorando juntos los misterios del crecimiento espiritual. Que la luz de los ángeles ilumine su camino y les guíe hacia el descubrimiento de su propósito divino.

¿Cómo podría ser una explicación sencilla de esta experiencia en general? ¿Cómo es el despertar de la conciencia y avandono del ego?

Como depende de cada persona no lo experimentamos igual, una persona que, como muchos, vive en un constante ajetreo de la vida moderna. En general uno se halla inmerso en un mundo repleto de expectativas, presiones y preocupaciones. Pero un día, comienzas a sentir una inquietud en tu mente, una llamada interior que te lleva a buscar algo más, algo más profundo y significativo.

Empiezas a explorar el mundo interior, es decir te pregunta ¿Quién eres?, pero no en base a las opiniones externas, comienzas a mirar más allá de lo material y superficial. Descubres que al dejar a un lado tu ego, tu mente se abre a un universo completamente nuevo, te preguntas ¿Quién soy yo?, tus fortalezas, virtudes, cualidades, te construyes a ti mismo dejando de lado lo que piensa la demás gente. Hallas en este camino un regalo invaluable: la unidad con los demás y con el mundo que te rodeaba, y lo experimentas de una forma totalmente nueva. No quiere decir que esto va cambiar el curso del mundo que te rodea es un cambio interno, trascendental.
¿A quién le debe de importar? Es solo a ti, solo tú podrás juzgar lo que cambio en ti. Tu mente tiene una mayor percepción e inteligencia, ya no se basa en tu alrededor, en la información que percibes con tus sentidos del mundo exterior, en lo que dice y hace el mundo, sino vez la realidad experimentando tú mismo lo que te rodea. Escuchas, ves, sientes, saboreas, usas tus sentidos pero lo controlas de forma inteligente esa información. Descubres que el mundo es más complejo e interesante, descubriendo cosas de ti mismo que no sabías, porque creías lo que el ego te decía en tu mente, despertando tu curiosidad y experimentando el mundo de manera plena y satisfactoria.

Las diferencias que antes te separaban de los demás se vuelven insignificantes. La comprensión y la empatía comienzan a fluir, y te sumerges en un océano de conexión humana, donde cada individuo se vuelve una manifestación única y hermosa del universo. Bueno, hay una que otra excepción, en algunos casos comienzas a entender porque otros ¿Hacen lo que hacen?, pero hasta ahí, porque ya nos es importante para ti la aprobación ajena. Te cuestionas, porque tú hacías lo que hacías también, pero ya no usas tu ego, ya no se refleja lo que eres tú para los demás en ti. Ya no dudas ¿porque crees lo que crees? Despiertas una mayor conciencia de tu entorno, una mayor comprensión, entiendes lo importante, lo que tiene valor. Lo material se queda en **Maljut** en lo terrenal, el atributo divino más bajo y experimentas los sentidos, la experiencia es lo que te llevas pero un conocimiento de lo que tiene valor.



Este despertar de conciencia lleva a experimentar una sensación de plenitud que nunca habías conocido. Tu mente se despeja de dudas y miedos, y de repente, todo comenzará a encajar con una claridad impactante. El estrés y la ansiedad que lo habían atormentado se desvanecerán, dejando espacio para una paz interior que es como un abrazo cálido en medio de la tormenta que puede ser mundo, porque a veces tenemos que experimentar no solo lo bueno sino lo malo.

Las relaciones importantes florecerán, solo las verdaderas, las de verdadero valor. Con una conciencia más amplia y despierta, podrás comprender mejor a los demás y conectar en un nivel mucho más profundo con personas que nutran tu mente y espíritu, aunque no podrás cambiar a otros, no lo intentes, tu solo podrás cambiar lo que hagas por ti mismo, esto influirá en otros, ojo, (en México decir ojo coloquialmente es advertencia), seguirán ocurriendo cosas malas y buenas en el mundo, a tu alrededor, por las personas, por el clima, por el tráfico, porque alguien tuvo un mal día y se desquita contigo, tú no tienes dominio de ello, solo de ti, lo bueno y lo malo que puedes controlar es lo que haces tú, por ti y por los demás. Porque así como tú cambiaste, tú no puedes obligar a nadie a cambiar lo que quieran ser, hacer, pensar, decir, en fin. Los conflictos se resuelven con comprensión y amor, fortaleciendo tus lazos con amigos, familia y el mundo en general, pero, no creas que es un camino fácil, cuando llegas a **Tiféret** eliges el difícil pero se te hace ameno porque te has despojado de tu ego.

Descubrir tu propósito se convierte en un viaje apasionante y gratificante. Encontraras una dirección clara en tu vida, estableciendo metas significativas que te harán sentir vivo y lleno de entusiasmo.

Pero, este viaje, como todos los viajes verdaderamente significativos, tiene sus desafíos. Habrá momentos de duda y confusión, de lágrimas y de introspección profunda. Sin embargo, con cada paso, cada reflexión, creces, maduras. Se convierte en una versión más auténtica y amorosa de ti mismo, sabiendo que tu conexión con lo divino y tu comprensión más profunda de la existencia te han transformado en un ser humano más completo y feliz.

La kabbalah la puedes compartir pero no puedes obligar a nadie que la comprenda o que la experimente, tú debes guardar tu experiencia y disfrutarla, puedes compartir tu experiencia si alguien te lo pregunta, pero lo que funciono en ti puede que no funcione en otros, lo que tu sientes y entiendes no lo puedes transmitir de manera fácil, por eso es importante que permitas que los demás experimenten, puedes recomendar la cábala y literatura, tú mismo sabrás cuando sea oportuno, es como dar consejo u opinión si te lo piden, pero tú no sabes si le servirá o no a otros, comparte la kabbalah pero no lo que experimentaste. No porque te funcione a ti funciona a otros, es una filosofía de vida como muchas, tú no puedes hacer juicio de cómo viven los demás. Cuando alguien habla contigo escucha, da tu opinión a quien te la pide, no hagas juicios, se autentico, empático, amoroso y más humano.



Identidad Verdadera

El viaje hacia la autenticidad, comienza con la metáfora de que somos una "vasija" de luz, que es nuestra alma que acumula la luz divina, la luz divina la ganamos formando nuestro espíritu, hasta reducir nuestro ego al máximo, ya que es una la imitación, las expectativas ajenas y la influencia del ego pueden desviar a una persona de su verdadera esencia. Cuando nacemos somos luz conforme crecemos vamos perdiéndola por nuestro ego.

La transición de ser una "vasija" de luz a un ser totalmente egoico, podría representar la idea de perder la conexión con la autenticidad interna debido a la influencia del mundo exterior, permitiendo que el ego gobierne la identidad y las acciones.

Imagina que el ego es como un escenario en el que el "yo" es la estrella principal. Cuando pensamos en "mí, me" constantemente, estamos en un estado de alto ego, donde todo gira alrededor de nosotros mismos. Nuestros pensamientos, emociones y acciones están principalmente centrados en lo que queremos, cómo nos ven los demás, y cómo nos va a nosotros. Esto es ser "egoico".

Sin embargo, hay momentos en los que el ego no es tan prominente. Por ejemplo, cuando estás sumergido en algo que te gusta mucho, como un buen libro o una tarea interesante, o cuando estás teniendo una conversación cómoda. Aquí, no estás pensando constantemente en ti mismo. Tu "ego" está en segundo plano. Estás más enfocado en lo que estás haciendo y en el momento presente, sin estar constantemente preocupado por tus propios intereses. Podemos decir que en estos momentos estás siendo "hipoegoico", es decir, menos centrado en ti mismo (Leary & Schrader, 2020).

Siendo "hipoegoico" nos muestra nuestro "yo" interno, una manera de encontrarlo es usar técnicas de relajación o también de meditación, darte un tiempo para ti mismo, haces una introspección. Si no te das un tiempo para ti mismo acabas influenciado por la sociedad y las expectativas de otros, te alejas de tu ser auténtico. Al hacer introspección, uno se da cuenta de que ha perdido su esencia y se ha convertido en una mera imitación de las expectativas ajenas.

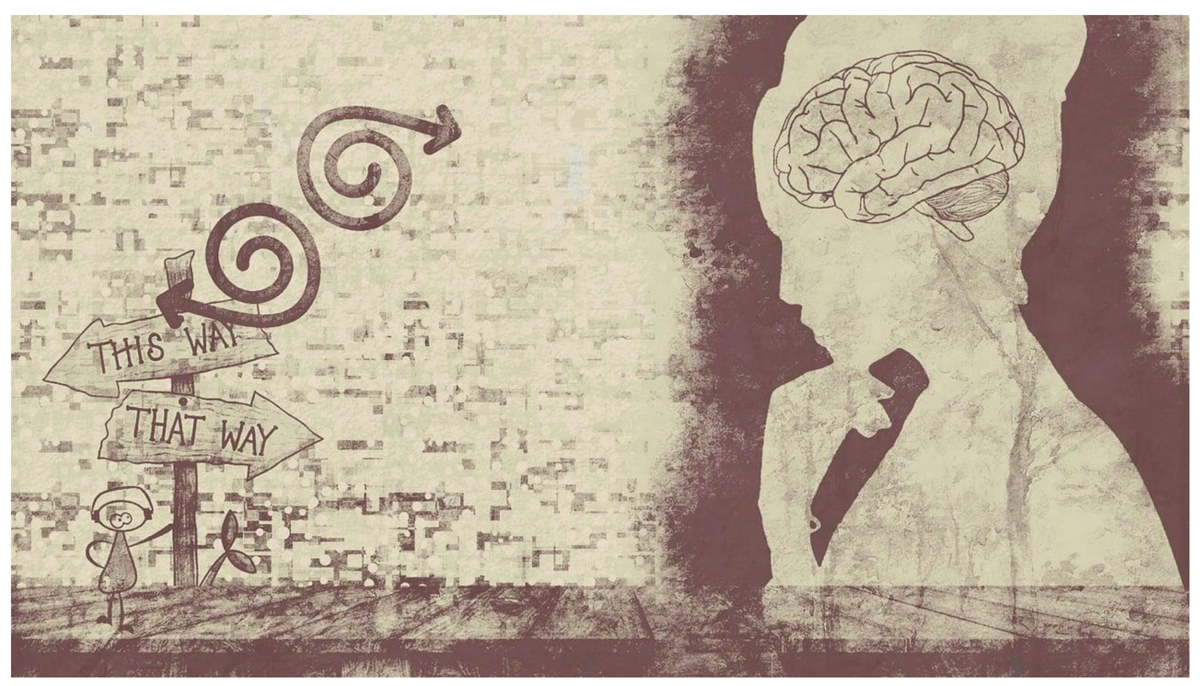
Este despertar repentino te lleva a reflexionar sobre tu vida, tus elecciones y tu identidad. Te das cuenta de que has perdido tu autenticidad, te has convertido en lo que otros quieren que seas y has permitido que el ego domine tu ser. Al reconocer esta situación, se despierta un deseo interno de recuperar tu verdadero ser y tu autenticidad perdida.

En tu viaje de regreso hacia la autenticidad, comienza a cuestionar las expectativas externas, reafirma tus propias ideas y gustos, y se fiel a ti mismo. Descubre que la verdadera felicidad reside en la autenticidad y en vivir de acuerdo con tus valores fundamentales.



Reconstrúyete desde adentro, aprendiendo a vivir tu vida en armonía con tu esencia más auténtica. Libérate de las imitaciones y lo que otro quiere que pienses, abraza tu propio camino y su propia "ser". El ego siempre susurrará en tu oído pero tú decides si lo escuchas o no.

En el contexto de la Cábala, este viaje hacia la autenticidad podría reflejar el proceso de descubrir la verdadera luz interna y reconectar con la esencia más pura, desafiando la influencia del ego y el mundo externo para encontrar la plenitud a través de la autenticidad.



(chenspec, 2023)



¿Qué pasará con tu ego?

Al principio sentirás un profundo sentimiento de culpa, remordimiento y desesperación.

Reconoces tus errores y tu inmensa decepción consigo mismo(a). Te sientes culpable, triste y arrepentido(a) por no haber valorado lo que tienes o tenías, y ahora te enfrentas a la devastadora realidad de haber perdido lo que realmente era importante para ti.

Tienes el sentimiento de "todo vuelve a la nada" o "todo se desmorona", mostrando una sensación de desesperanza y una percepción de que no hay retorno, como si todo lo que una vez tuvo un valor hubiera perdido su significado, es como una adicción, un ejemplo puede ser una persona que siempre actúa conforme dicta la sociedad y su entorno, de repente se le ocurre preguntarse si es él o ella realmente, si sus acciones son producto de sí mismo o de otros, te costara trabajo porque eres adicto a la aprobación ajena, no eres feliz sino actúas como la sociedad o entorno te exige.

Esto se verá reflejado en una profunda angustia y una sensación de que no hay redención o posibilidad de recuperar lo que se ha perdido. Expresas una sensación abrumadora de desesperación, arrepentimiento y tristeza, con un sentimiento de desmoronamiento interno y una incapacidad para corregir las cosas que se han roto. Pero tus seres queridos siempre han estado ahí para apoyarte, solo que cuesta aceptarlo, precisamente por el ego, por eso es difícil cuando estamos en dificultades porque el ego, de ahí surgen frases ¡como yo tengo control!, ¡A mí nadie me va decir cómo hacer las cosas!, ¡No valgo la pena!,¡Soy un fracaso!, y otras frases más de esas.

El ego no se erradica, porque somos seres imperfectos pero a veces somos autoexigentes y le añadimos las exigencias del entorno, todas las personas somos almas inquietas que, en su búsqueda de realización y significado, tropiezan y caen en la trampa de ego, cuando te das cuenta solo quedas en el oscuro abismo de la desesperación y el arrepentimiento, porque no eres feliz estás pensando en los demás para bien o para mal. Esta alma, llena de sueños e ilusiones, se encuentra sumergida en el peso del remordimiento y la tristeza, dependiendo de sus acciones, sintiéndose como una mente atrapada.

Nuestra alma, como tantas otras en el vasto universo, en un principio había sido bendecida con dones y amores, pero en su incesante búsqueda de algo más, perdió el rumbo y se desvió del camino luminoso de la comprensión y la verdad.

El ego es como una colmena invisible, formada por el ego de todas las personas, así como la luz divina las almas se buscan y son como otra colmena, tanto la luz divina como el ego, en el ámbito terrenal son como un seres gigantescos formados por el ego o la luz de cada persona, es como si cada persona pusiera un granito de arena en una balanza para bien o



para mal de nuestra humanidad. Por eso es que hay guerras, discriminación, genocidios, bullying, pobreza, destrucción de la naturaleza en fin.

Cuando sientas que nada vale la pena, o que vales absolutamente nada, eso es el eco del ego, y cuando crees que eres mejor otros también, esto resuena en cada palabra, en cada recuerdo que nos lleva al sufrimiento y el anhelo por lo que se había perdido. A veces las personas aunque son alegres sufren en silencio, o lastiman a otros de diversas formas porque es la única forma desahogarse de ese sufrimiento, ese análisis lo haremos en otro texto el ego es un tema muy extenso. Pero esto sucede porque se nos olvida que no hemos escuchado una voz interior que es reflejo de nuestra alma, susurrando versos de pesar y lamentos, el ego solo lleva a un camino y es una tristeza de lo irrecuperable, el dolor de las relaciones rotas, acumulación de cosas materiales y la desilusión con uno mismo.

Con la práctica aprenderás y superaras el ego, aprendiendo a convivir con las personas, aprendiendo de las personas, tus vivencias, actividades, y varias cosas entre las que puedes elegir y ser feliz, todo esto después de una larga travesía de autoconocimiento, aprendizaje e incrementar tu nivel de conciencia y reducir tu ego, no tendrás que preocuparte, pero no bajes la guardia, nunca dejes de aprender, porque el ego seguirá ahí dentro de ti, pequeño, esperando tus momentos de debilidad para volverse grande, pero si dominas tus niveles de frustración, ansiedad, inteligencia emocional y comprendes como nivelar las dimensiones de tu mente con las Sefiroth, podrás vencer tu ego, cada que se quiera manifestar y remplazarte para llevarte a donde él quiere y que seas lo que se le antoje, acumulando cosas sin valor en tus pensamiento y en tu exterior. Aprenderás a diferenciar entre lo que es de poco valor y también las que tienen mucho valor que no son materiales son las experiencias que disfrutamos en el presente.

La sabiduría ancestral de la Cábala sostiene que, cuando se toca fondo, se siembra una semilla de transformación. A pesar de la desesperanza y el vacío, el camino de regreso a la luz aún se extiende ante un alma dolida.

En el corazón de este aprendizaje se encuentra lo que llamamos en Kabbalah la Teshuvá (Teshuvá, 2023), significa “el retorno y el arrepentimiento”, que brilla como una chispa de esperanza en la oscuridad de la desilusión. Es un llamado para la introspección, el arrepentimiento genuino, y la reparación de lo dañado.

Cuando nos encontramos sumergidos en la vida cotidiana, a veces nos encontramos perdidos en un laberinto de elecciones y caminos erróneos. Nuestras acciones se alejan de la esencia de nuestra fe y, envolviéndonos en remordimientos, anhelando regresar al seno de nuestra comunidad y reconciliarnos con D-os.

Esa inquietud es lo que despierta en una persona un deseo profundo de Teshuvá, la práctica del retorno. El ser humano, que ha olvidado o no conoce este concepto, tiene que hacer introspección, se embarca en una travesía emocional para reencontrar sus raíces

(Como dicen algunos conocerse a sí mismo). Se sumerge en la búsqueda interior, en la exploración de su verdadero ser, identificando las áreas en las que había flaqueado. Halla las huellas de sus errores y reconoce su distanciamiento de D-os.

Es un viaje de transformación, atravesando etapas cruciales. La sensación se convierte en el primer paso: dejar atrás los hábitos erróneos y decidir abandonar lo que lo ha apartado del sendero correcto. Luego, se sumerge en un mar de reflexión y humildad: la confesión. Admitir sus errores se vuelve un acto liberador y sanador. Esta confesión no es solo una rendición de nuestras faltas, sino un reconocimiento íntimo de humanidad y su necesidad de cambiar.

Con determinación, se compromete a no repetir los errores del pasado, marcando el momento de resolución. En su firmeza, encuentra una promesa de cambio y transformación, jurando en su corazón la enmienda de su vida y el regreso al camino espiritual que había abandonado.

Finalmente, uno se enfrenta a la etapa más sublime: el reconocimiento de la finitud. La Teshuvá, enseña que es un viaje a lo largo de toda la vida, pero incluso si la etapa de arrepentimiento ocurre en los últimos instantes de la existencia (pero no solo es pensarlo y decirlo es realmente sentirlo lo cual es difícil más cuando no dominamos el ego), el perdón y la expiación se abren paso. La tranquilidad de saber que, aún en su último aliento, uno puede alcanzar la redención y reconciliación con D-os, trae una paz eterna al espíritu. Un ejemplo de ego es Steve Jobs una de las personas más influyentes, un visionario que transformo el mundo, revoluciono la computación, pero tenía sus imperfecciones como ser humano y muchas de sus frases son inspiradoras, y otras son diferentes como por ejemplo:

"Yo no inventé el transistor, el microprocesador, la programación orientada a objetos ni la mayor parte de la tecnología con la que trabajo.
Amo y admiro a mi especie, viva y muerta, y soy totalmente dependiente de ellos para mi vida y mi bienestar" (Hernández J. , 2023)
Steve Jobs

Aquí are una interpretación más detallada del significado:

1. **No inventé el transistor, el microprocesador, la programación orientada a objetos ni la mayor parte de la tecnología con la que trabajo:** Jobs reconoce que gran parte de la tecnología en la que basa su trabajo y éxito no fue creada por él. Admite que su genialidad y éxito no radican en la invención de tecnologías fundamentales, sino en su capacidad para comprender, combinar y mejorar esas tecnologías existentes, y es humilde en el sentido que reconoce el esfuerzo de su equipo de trabajo.
2. **Amo y admiro a mí especie, viva y muerta:** Aquí, Jobs expresa su respeto y admiración por la humanidad en su conjunto, reconociendo que su éxito está vinculado a la acumulación de conocimientos y logros de generaciones anteriores.



Esto sugiere una conexión con la historia y un reconocimiento de la deuda que tiene con aquellos que vinieron antes que él.

3. **Soy totalmente dependiente de ellos para mi vida y mi bienestar:** Jobs admite su dependencia de la sociedad (aquí hay un poquito de ego, ya que reconoce que necesita la aprobación de otros para estar bien consigo mismo) y de los avances tecnológicos previos para su propia vida y bienestar (El sentía que estaba revolucionando la mente y vida de las personas con sus productos). Aunque fue un líder visionario y un empresario exitoso, reconoce que su éxito no sería posible sin la base que otras personas y generaciones construyeron antes que él.

En relación con el ego, esta declaración de Jobs muestra una actitud humilde y un reconocimiento de la interdependencia. A menudo, el ego puede llevar a las personas a atribuir todo su éxito únicamente a sus propias habilidades y esfuerzos, ignorando la contribución de otros.

Pero aunque yo admiro a Steve Jobs y Steve Wozniak que son legendarios en el ámbito tecnológico, al igual que yo o cualquier persona somos seres imperfectos, en una ocasión Steve Jobs estaba con su hija cuando era pequeña y no comprendía bien muchas cosas todavía, le preguntó ella a Jobs si se podía quedar con el Porsche que tenía en ese momento cuando ya no lo necesitara su respuesta fue: "**No recibirás nada. ¿Entiendes? Nada. ¡No recibirás nada!**" (BBC News, 2018) en otras ocasiones "Cuando el fundador de Apple se rehusó a poner calefacción en el cuarto de su hija, ella afirma que es porque pretendía "inculcarle valores". Y cuando Jobs, moribundo, le dijo a Brennan-Jobs que apestaba "como a caño", no fue un comentario cruel; a decir de ella, pretendía ser "honesto" (Bowles, 2018), esto es un desequilibrio de Tiféret mucha rigidez (Gevurá) y poca misericordia (Jésed).

Esto revela aspectos controvertidos de la relación entre Steve Jobs y su hija, Lisa Brennan-Jobs, que prendimos de esas palabras:

1. **"No recibirás nada. ¿Entiendes? Nada. ¡No recibirás nada!":** Esta respuesta puede relacionarse con la visión de Steve Jobs sobre el mérito y el esfuerzo. Sin embargo, también es una expresión de rigidez y falta de empatía hacia las necesidades o deseos de su hija (y porque no de las personas). Desde el punto de vista del ego, esto podría reflejar una actitud de superioridad, donde Jobs enfatiza su propia posición y deja claro que el éxito y los recursos no se otorgan sin esfuerzo y logros significativos.
2. **"Cuando se rehusó a poner calefacción en el cuarto de su hija, ella afirma que es porque pretendía 'inculcarle valores":** Esta acción puede interpretarse como un intento de Jobs de enseñarle a su hija sobre la adversidad y la apreciación de lo que tiene. Sin embargo, también podría ser visto como una elección extrema que causaría sufrimiento innecesario (Su ego menospreciaba las necesidades de otros). Desde el punto de vista del ego, esto podría vincularse con una visión de la



paternidad donde la autoridad y la imposición de valores son más importantes que las necesidades y el bienestar emocional de la hija.

3. **"Jobs, moribundo, le dijo a Brennan-Jobs que apestaba 'como a caño', no fue un comentario cruel; a decir de ella, pretendía ser 'honesto'":** Aunque Jobs podría haber considerado este comentario como una expresión de honestidad, desde la perspectiva emocional de su hija, podría haber causado un gran daño. La forma en que se expresan las críticas puede afectar profundamente a alguien, y en este caso, la dureza de las palabras utilizadas, especialmente en un momento tan delicado como la enfermedad terminal de Jobs, puede haber dejado una marca emocional significativa en su hija.

Steve Jobs fue igual que cualquier persona con imperfecciones, pero logro materializar sus metas.

En relación con el ego este se relaciona con la falta de empatía o consideración hacia los sentimientos de los demás. El ego, caracterizado por una fuerte confianza en nuestras propias opiniones y una tendencia a expresarlas de manera directa, pero nos lleva a pensar solo en nosotros mismos, a veces podría contribuir a situaciones en las que el impacto emocional sobre los demás es subestimado o no considerado. El daño emocional causado por estas interacciones puede ser atribuido, al menos en parte, a la interacción entre la personalidad y el ego las personas.

Volviendo al tema de la Teshuvá, el retorno y el arrepentimiento, hay innumerables almas, a lo largo de las edades, que han encontrado un camino hacia la sanación, el perdón y la redención. Un viaje que demuestra que incluso en los momentos finales, la oportunidad de retornar a D-os y encontrar la paz nunca está completamente cerrada.

A veces es un viaje de lágrimas y suspiros, pero también de redención. Sufrimos de dolor y pérdida en la vida, la Cábala revela la posibilidad de un renacimiento espiritual. Si puedes abrir tu corazón al arrepentimiento genuino, aprender de tus errores y tratar de enmendar lo roto, aunque a veces ya no se puede, no te compliques más, enfócate hacia el camino del autoconocimiento y autocontrol, hacia la sanación y la restauración de tu espíritu. Pero lo más importante es que tu sanes y vivas tu vida con felicidad y plenitud con quienes te aman y tu amas también. Hay que aprender a soltar, los pensamientos negativos, el dolor y el ego, y aferrarnos a lo positivo pero si deja de analizar lo negativo.

¿Cómo pensara Hasatan o Lucifer?

Desde el punto de vista de la cábala lo que llamamos **ego** regularmente es **Hasatan**, o cualquiera de sus nombres, residen la mente de todas las personas en mayor o menor medida, debido al libre albedrió, el solo trata de desequilibrar nuestra mente y de esa manera corrompe el árbol de la vida de las personas, pero esa es su función y la acción la hacemos nosotros, el ego es un ser etéreo que trabaja como una colmena y está en cada persona, la opción de salir o no, lo explicare desde mi perspectiva, pero hay que tomar en

cuenta que cada persona piensa diferente, debe de haber contrastes en las opiniones, a continuación te explico cómo es que juega un papel importante en el libre albedrío, en la cábala.

Como ser etéreo que observa la interacción de las personas, el ego nota a aquellos con un fuerte sentido de ego a menudo se ven atraídos o alejados en la colmena social debido a la dinámica compleja entre sus propias necesidades y deseos.

Atracción entre Egos:

1. **Reconocimiento y Validación:** Las personas con un fuerte ego a menudo buscan reconocimiento y validación. Cuando encuentran a otros con egos igualmente robustos, hay una oportunidad para la mutua admiración y refuerzo de la autoimagen.
2. **Competencia "Saludable" y lo digo entre comillas:** En ciertos casos, la competencia puede ser saludable y motivadora. Dos egos fuertes pueden estimularse mutuamente para lograr metas ambiciosas y alcanzar niveles más altos de éxito, esto es peligroso dependiendo de lo que se quiera lograr.
3. **Afán de Dominio:** Aquellos con fuertes egos a veces se sienten atraídos por otros con la esperanza de establecer una posición dominante. La necesidad de liderar y destacarse puede generar un sentido de atracción hacia individuos con personalidades más sumisas.

Alejamiento entre Egos:

1. **Choque de Egos:** Cuando dos egos fuertes chocan, puede surgir un conflicto de poder. Ambos quieren ser el centro de atención y la confrontación es inevitable, lo que lleva a tensiones y alejamientos.
2. **Necesidad de Espacio Individual:** Aunque buscan la validación, las personas con ego también valoran su espacio individual y la libertad para expresarse. Demasiada competencia o presión puede provocar que busquen entornos más tranquilos y menos desafiantes, siempre están solos no hablan con nadie.
3. **Desconfianza Mutua:** Los individuos con fuerte ego a menudo están alerta ante la posibilidad de que otros busquen desafiar su posición. Esto puede llevar a la desconfianza mutua, lo que resulta en alejamiento en lugar de cooperación.

Hasatan es la colmena social donde cada individuo tiene la opción de salir o quedarse, las interacciones entre personas con fuerte ego pueden generar un juego complejo de atracción y alejamiento, ya que buscan encontrar un equilibrio entre la validación mutua y la preservación de su propia identidad. Es un juego delicado, y la colmena a menudo se adapta y evoluciona en respuesta a estas dinámicas.

Hasatan, Lucifer, Satán… es un personaje que ha sido representado de diferentes maneras en la literatura y el cine, se describe a sí mismo como adictivo y afirma que nunca termina

bien, esto sucede cuando abrazamos el ego. Es un ser seductor y peligroso, hace que las personas comiencen con pasiones y anhelos materiales (Maljut en total desequilibrio), pero algo las desengaña de esas nociones, porque su objetivo, es convencerte que lo más importante es lo material, y que solo importas tú, tus deseos, opiniones, bienestar, tus sentimiento en fin, es decir te lleva al extremo sobre el de cualquiera, llevándonos a alcanzar los todos aquello que deseamos sin ninguna clase de remordimiento, esto para robar la luz de las personas esa es su función, pero a él tú no le importas, al contrario te utiliza para crecer el mismo corrompiéndote a ti para que corrompas a otros, las personas con un gran ego son su mejor alimento, un manjar, los que nunca descubren su engaño al final los deja con un instinto de poseer, todo es cosificado, todos tienen un precio, hasta las personas y la naturaleza, así entiendes que a veces son personas que ya han alcanzado sus metas o logros materiales, ya no saben ni qué hacer con toda la riqueza material, o sienten que la vida no merece la pena, pero sienten que no pueden saciar sus deseos y quieren más, o nada de lo que existe sienten que vale la pena, un ejemplo podría ser alguien que solo piensa en el dinero, nunca va haber dinero que le alcance, o finalmente los deja sin luz y siempre culmina con la desilusión y la pérdida de esperanza.

Lucifer se ama a sí mismo y pero muestra cierto agrado a personas que le pueden servir. Es un ser sugiere que tiene una actitud arrogante y despiadado. Es sarcástico y burlón le place el humor negro, se burla de los seres humanos que sufren y de los que son casi como el, de alguna manera tiene cierto desprecio por los humanos ya que los cosifica y se alimenta de ellos, esto muestra su sentido del humor irónico y su actitud despectiva hacia los demás.

Las personas huyen hacia él en lugar de huir de otros, él siempre está trabajando utilizando la tentación y la atracción hacia el mal. A él le gusta la resistencia a los deseos y la inutilidad de la culpa de los seres humanos. Su regalo para los seres humanos es la liberación de las restricciones sociales y la negación de la responsabilidad. El encuentra irónico que D-os se enoje cuando los humanos ejercen su libre albedrío y no actúan de acuerdo a lo que el espera de ellos. Ama la rebeldía y la oposición a la autoridad, porque él no puede desobedecer a D-os, pero los humanos sí, más adelante te contare su origen desde la perspectiva del contexto de la cábala.

Desde esta perspectiva, el ego, identificado regularmente como Hasatan, reside en la mente de todas las personas, pero es el libre albedrío el que permite que esta fuerza desequilibre las mentes individuales y corrompa el árbol de la vida. Hasatan actúa como un ser etéreo que trabaja en conjunto, similar a una colmena, aunque la elección de seguir o resistir recae en cada individuo.

En mi análisis, la metáfora de Lucifer como una colmena en la mente de las personas sugiere una conexión intrincada y colaborativa de las fuerzas del ego que afectan colectivamente a la humanidad. Así como una colmena funciona como una entidad colectiva, Lucifer trabaja en conjunto con los egos individuales para tejer una red de deseos materiales y pasiones desenfrenadas. Él siempre está interesado en lo que más



deseas, su colmena representa la interconexión de estas fuerzas, cada individuo contribuyendo a la construcción y expansión de la influencia de Hasatan.

La actitud arrogante y despiadada de Lucifer, su amor propio y su desprecio aparente por la humanidad, se entrelazan en la representación de una entidad que se alimenta de la cosificación de los seres humanos. La colmena, en este sentido, simboliza la interconexión de estos egos, todos contribuyendo al crecimiento y fortalecimiento de Hasatan, mientras los individuos se convierten en meros peones en su juego.

La atracción de las personas hacia Hasatan se ilustra como una consecuencia de su capacidad para utilizar la tentación y la atracción hacia el mal. Al presentar la resistencia a los deseos y la inutilidad de la culpa, Hasatan libera a los individuos de las restricciones sociales y fomenta la negación de la responsabilidad.

Comparación de los seres humanos vs hormigas.

A veces el ego de la humanidad nos hace pensar que somos los seres más avanzados del planeta pero existen especies que dominan mejor las pandemias como la que sufrimos en 2019. El modo en que las hormigas enfrentan ataques de especies invasoras y parásitas, y el desafío actual que enfrentan los humanos y otras especies susceptibles al COVID-19. En el estudio realizado en la Universidad de Boston por el biólogo James Traniello, nos muestra que a diferencia de los humanos, una colmena de hormigas aunque no pueden debatir la necesidad de practicar comportamientos que prevengan la propagación de enfermedades ni cuestionan la vacunación, pero son eficaces, las enfrentan de una forma similar a los seres humanos. Además, no requieren un liderazgo fuerte ni un control centralizado para prevenir pandemias (Mcalpine, 2020).


(Clker-Free-Vector-Images, 2023)

Las hormigas viven en entornos ricos en patógenos y parásitos, formando colonias de potencialmente millones de individuos que conviven en nidos densamente poblados. Una de sus adaptaciones más antiguas y cruciales para controlar infecciones es la glándula metapleural, ubicada en el abdomen, que produce antibióticos. Cada hormiga actúa como una farmacéutica, secretando sustancias profilácticas y distribuyéndolas por toda la colonia mediante el acicalamiento propio, de sus compañeras de nido y aplicando las secreciones antibióticas a toda la cría.

Además, las hormigas cultivadoras de hongos coexisten con bacterias que producen antibióticos para controlar otros hongos invasores que podrían atacar las colonias y dañar los hongos que cultivan como alimento.



En general, las hormigas sociales se comunican sobre la presencia de patógenos y generan señales que inducen a los individuos a dispersarse, disminuyendo el riesgo de contagio. Pueden "aumentar la fiebre", elevando la temperatura del nido para eliminar térmicamente a los patógenos. Además, las hormigas obreras infectadas se distanciarán físicamente de sus compañeras no infectadas, realizando una cuarentena voluntaria y abandonando la colonia antes de morir.

La investigación de James Traniello también destaca que algunas especies de hormigas poseen inmunidad social, donde las obreras con inmunidad pueden potenciar la resistencia a enfermedades en toda la colonia, posiblemente mediante la inoculación de compañeras de nido o la distribución de promotores inmunológicos.

Aquí analizo algunas similitudes y resultados entre las hormigas y los humanos en relación al desafío de enfrentar enfermedades y la propagación de patógenos:

- ✓ Ambos viven en entornos con alta presencia de patógenos y parásitos, formando grupos densamente poblados (colonias de hormigas, sociedad humana). Esto facilita la transmisión de enfermedades.
- ✓ Las hormigas han desarrollado adaptaciones como la glándula metapleural que produce antibióticos de forma natural. Cada hormiga actúa como farmacéutica aplicando estos antibióticos y así controlan infecciones de forma descentralizada. Los humanos han desarrollado la medicina y la farmacología para tratar enfermedades de manera similar.
- ✓ Algunas especies de hormigas cultivan hongos y coexisten con bacterias antibióticas que controlan otros hongos invasores, protegiendo sus colonias. Los humanos también usan antibióticos de forma análoga.
- ✓ Las hormigas se comunican para dispersarse ante patógenos y pueden elevar la temperatura de sus nidos para eliminarlos térmicamente. Los humanos también nos comunicamos para aplicar estrategias como el distanciamiento social y elevamos la temperatura del cuerpo para combatir infecciones.
- ✓ Las hormigas infectadas se aíslan voluntariamente, realizando una cuarentena natural. Los humanos también aplicamos el aislamiento de infectados para evitar contagios.

Estas similitudes muestran cómo tanto hormigas como humanos hemos desarrollado estrategias análogas para enfrentar enfermedades de forma descentralizada y comunitaria.



(OpenclipArt-Vectors, 2023) (@jannoon028, 2023) (@somchaisom, 2023)

Otro estudio realizado por Mark R. Moffet, no es tan alentador describe la intensa y casi incomprensible violencia en las guerras de hormigas, particularmente en el caso de las hormigas marauder (Pheidologeton diversus) en la selva lluviosa de Malasia. Aunque las tácticas y la estructura social de las hormigas difieren significativamente de las de los humanos, Mark R. Moffet destaca sorprendentes similitudes en las estrategias de guerra, como la organización en formaciones de ataque, el uso de fuerzas en el frente de batalla y la aplicación de leyes matemáticas como la ley cuadrada de Lanchester (Moffet, 2011)*" son ecuaciones diferenciales que permiten modelar choques entre fuerzas armadas y obtener predicciones de bajas y poder de fuego en función del tiempo"* (Leyes de Lanchester, 2019).

Menciona que, a pesar de las diferencias biológicas y sociales entre las hormigas y los humanos, ambos están motivados por razones económicas similares en la guerra, como el acceso a territorio, alimentos y mano de obra. Además, se destaca la importancia de la unidad social en las hormigas, que se asemeja a la unidad celular en organismos, y cómo esta unidad impulsa estrategias de guerra implacables, especialmente en supercolonias de hormigas argentinas.



Mark R. Moffet concluye señalando que, a diferencia de las hormigas, los humanos tienen la capacidad de evitar la guerra debido a la flexibilidad de sus lealtades y la posibilidad de redefinir identidades nacionales con el tiempo, lo que destaca la inviabilidad de la guerra en la sociedad humana.

Estrategias de guerra entre hormigas y humanos:

- **Formaciones de Ataque:** Tanto las hormigas marauder como los humanos han utilizado formaciones de ataque en sus tácticas militares. Se menciona que las hormigas avanzan en filas, de manera similar a las formaciones de combate utilizadas por los humanos en la historia.
- **Fuerzas objetos gastables de suministro en el Frente de Batalla**: Ambos, hormigas y humanos, utilizan una táctica en la que las fuerzas más fácilmente reemplazables (como los soldados menos especializados o de menor tamaño) se colocan en la línea del frente. En el caso de las hormigas marauder, los soldados más pequeños, llamados "minors", actúan como una barricada inicial, mientras que las hormigas más grandes y letales, conocidas como "medias y majors", llegan para entregar el golpe mortal.
- **Ley Cuadrada de Lanchester:** La ley cuadrada de Lanchester, desarrollada para entender estrategias y tácticas en la Primera Guerra Mundial, se aplica tanto a las hormigas como a los humanos. Esta ley matemática sugiere que en combates donde ocurren muchas peleas simultáneas, la superioridad numérica tiende a ser más efectiva que la fuerza individual. En el caso de las hormigas, las grandes colonias superan a sus enemigos mediante la superioridad numérica.
- **Motivaciones Económicas para la Guerra:** Tanto hormigas como humanos libran guerras por razones económicas, como acceso a territorio, alimentos y mano de obra. Algunas especies de hormigas incluso secuestran competidores para utilizarlos como esclavos, lo cual se compara con las razones económicas detrás de las guerras humanas.
- **Territorialidad y Control del Territorio:** Se menciona que algunas especies de hormigas, al igual que los humanos, son territorialmente agresivas y defienden áreas específicas. La comparación se hace con las hormigas tejedoras que controlan territorios mediante la defensa de puntos estratégicos.
- **Supercolonias y Conflictos Incesantes:** Las hormigas argentinas forman supercolonias que luchan constantemente entre sí, y esta situación se compara con la expansión violenta de las superpotencias coloniales humanas que aniquilaban a grupos más pequeños, como los nativos americanos y los aborígenes australianos. En ambos casos, se destaca el conflicto perpetuo sin una resolución clara.

A pesar de estas similitudes, Mark R. Moffet subraya que, a diferencia de las hormigas, los humanos tienen la capacidad de evitar la guerra debido a la flexibilidad de sus lealtades y la capacidad de redefinir identidades nacionales con el tiempo.

Las hormigas, conocidas por su aparente felicidad en la laboriosa rutina de sus colonias, tienen un comportamiento que ha escapado a la mirada superficial. En sus ojos diminutos y en sus antenas que se entrelazan, se esconde una verdad temible que solo el Naturalista Edward Osborne Wilson descubrió (@anthouse, s.f.).

Las guerras entre hormigas, ese conflicto aparentemente trivial por territorio y alimento, adquieren una dimensión monstruosa, miles mueren a diario en batallas por los recursos, imagínate que las hormigas pudieran y tener armas nucleares (@anthouse, s.f.), este estudio equiparo el comportamiento de las hormigas y los humanos en las cuestiones bélicas. En las sombras de sus túneles subterráneos, se teje una narrativa de aniquilación y terror. Millones caen diariamente en batallas desgarradoras, y la verdadera razón de su brutalidad se revela: la sed insaciable de territorio y comida.

Pero, ¿qué pasaría si estas criaturas diminutas, con sus ejércitos incansables, tuvieran acceso a armas de destrucción masiva? El erudito Edward Osborn Wilson, que de alguna manera, las hormigas acabarían con la vida en el planeta en tan solo una semana. Una semana de caos nuclear en la que la tierra temblaría ante la furia de estos diminutos conquistadores.

La política exterior de las hormigas se revela como un relato de agresión incesante, conquista territorial y aniquilación genocida de cualquier colonia vecina, siempre que sea posible. Una analogía tenebrosa que nos susurra que, en ciertos aspectos, las hormigas reflejan nuestra propia dualidad: agresividad y felicidad, entrelazadas en un juego siniestro de equilibrio.

Si esto es bueno o malo, es un concepto moral que se desvanece en la penumbra de este relato. Lo único claro es que, en el tejido de la existencia, las hormigas se erigen como uno de los caminos más exitosos en la Tierra, con su oscuro secreto y su amenaza latente, aguardando en la oscuridad de sus hormigueros, su estrategia es espectacular, les ha ayudado a sobrevivir ya que las primeras hormigas aparecieron a mediados del Cretáceo, hace entre 110 y 130 millones de años, por eso sorprendentes una colmena es como si fuera un ente, en el cada hormiga cumple una función del mismo.

Comportamiento bélico de los humanos con intelecto y ego:

- **Motivación Personal y Ego:** En las guerras humanas, a menudo se observa que el ego, la ambición personal y la búsqueda de poder son impulsos significativos. Los líderes políticos y militares pueden tomar decisiones basadas en intereses personales, nacionalismo o el deseo de expandir su influencia.
- **Condiciones Sociales y Culturales:** Las guerras humanas suelen estar influenciadas por factores sociales, culturales y económicos complejos. Los conflictos pueden surgir por disputas territoriales, recursos, ideologías o diferencias étnicas, y las decisiones de guerra pueden estar impulsadas por factores emocionales y racionales.



- **Negociación y Diplomacia:** Aunque las guerras son comunes en la historia humana, también se han desarrollado métodos de negociación y diplomacia para resolver conflictos sin recurrir a la violencia. Las decisiones pueden basarse en estrategias que buscan el beneficio mutuo y la preservación de vidas.

Comportamiento bélico de las hormigas sin intelecto aparente:

- **Instinto y Comportamiento Programado:** A diferencia de los humanos con ego, las hormigas actúan principalmente por instinto y comportamiento programado. Su comportamiento bélico está arraigado en patrones innatos y programados genéticamente que buscan preservar la colonia.
- **Decisión Basada en Instinto de Supervivencia:** Las hormigas no tienen un proceso de toma de decisiones consciente y no actúan por motivaciones personales o ego. Su comportamiento bélico está impulsado por la supervivencia de la colonia y sigue patrones específicos que benefician a la comunidad en lugar de individuos específicos.
- **Ausencia de Negociación o Diplomacia:** Las hormigas no participan en negociaciones o diplomacia en el sentido humano. Su comportamiento bélico se reduce a respuestas instintivas a estímulos específicos, como la defensa del territorio, la búsqueda de recursos o la protección de la colonia.
- **Identificación con la Colonia:** Mientras que los humanos pueden tener lealtades cambiantes y complejas, las hormigas están profundamente identificadas con su colonia. Cada hormiga trabaja en función del bienestar de la colonia, y las decisiones bélicas se toman para preservar la unidad de la colonia.

En esta hipotética situación donde las hormigas son inteligentes como los humanos, poseen capacidades armamentistas avanzadas, pero carecen de ética y moral, se plantea un escenario extremo y especulativo. Aquí se exploraría la posibilidad de que, al ser altamente beligerantes y centradas en la supervivencia de su grupo, si las hormigas tuvieran capacidad neuronal como la nuestra, podrían utilizar armas nucleares. Sin embargo, debemos recordar que esta es una especulación ficticia y no tiene fundamentos en la realidad.

Posibles Escenarios:

1) **Desarrollo Tecnológico:** Si estas hormigas hipotéticas tuvieran inteligencia humana, podrían desarrollar tecnología avanzada, incluyendo armas nucleares, asumiendo que sus características biológicas les permitieran manipular herramientas y tecnología.
2) **Ausencia de Ética y Moral:** La falta de ética y moral podría implicar que no existen restricciones éticas para el uso de armas nucleares. Su enfoque podría ser exclusivamente pragmático y orientado a la supervivencia de su colonia.
3) **Condiciones para el Uso de Armas Nucleares:** En un escenario realista, el uso de armas nucleares generalmente está vinculado a estrategias militares, políticas y consideraciones éticas. La falta de ética y moral en estas hormigas podría llevar a un uso más indiscriminado y sin restricciones de tales armas.

Aquí hay algunas razones por las cuales, a pesar de nuestra inteligencia superior, existen similitudes en ciertos comportamientos entre humanos y hormigas:

1) **Evolución Convergente:**
La evolución convergente es un fenómeno en el cual especies no relacionadas evolucionan características similares debido a presiones selectivas similares en sus entornos. Aunque los humanos y las hormigas tienen antecedentes evolutivos completamente diferentes, podrían haber enfrentado presiones selectivas similares en términos de competencia por recursos, supervivencia y reproducción.
2) **Necesidades Básicas:**
Tanto los humanos como las hormigas tienen necesidades básicas como alimento, territorio y supervivencia de la colonia. La competencia por estos recursos puede dar lugar a estrategias de guerra y defensa compartidas, independientemente del nivel de inteligencia.
3) **Adaptación al Entorno:**
Ambos grupos, a lo largo de la evolución, han desarrollado estrategias que les permiten adaptarse y sobrevivir en sus respectivos entornos. La guerra y la defensa territorial pueden haber surgido como estrategias exitosas en diferentes contextos.
4) **Organización Social:**
Tanto los humanos como las hormigas son sociales y viven en grupos organizados. La cooperación y la coordinación en el enfrentamiento de amenazas externas son rasgos compartidos en muchas sociedades animales.
5) **Presiones Selectivas Comunes:**
A lo largo de la evolución, tanto los humanos como las hormigas han enfrentado amenazas similares, como depredadores, competencia entre grupos y conflictos territoriales. Las estrategias exitosas para enfrentar estas presiones selectivas pueden haber convergido.

Hay preocupaciones importantes relacionadas con el cambio climático, la pérdida de biodiversidad, la degradación ambiental y otros problemas globales que podrían tener consecuencias graves para la supervivencia a largo plazo de la humanidad, las hormigas tienen un comportamiento equiparable a los delos seres humanos.

Dado nuestro comportamiento colectivo similar al de las hormigas, no deparan algunos de los desafíos más difíciles, algunos de los que enfrentamos incluyen:

- **Cambio Climático:** El cambio climático es una amenaza seria y global. Los impactos del calentamiento global pueden afectar la disponibilidad de recursos, la habitabilidad de ciertas áreas y aumentar la frecuencia de eventos climáticos extremos.
- **Pérdida de Biodiversidad:** La pérdida de especies y la degradación de ecosistemas pueden afectar la estabilidad de los sistemas naturales y reducir la disponibilidad de servicios ecosistémicos que sustentan la vida humana.



- **Contaminación y Degradación Ambiental:** La contaminación del aire, agua y suelo, así como la degradación ambiental debido a prácticas insostenibles, son preocupaciones que afectan la salud humana y la calidad de vida.
- **Problemas Sociales y Políticos:** Conflictos, desigualdades sociales, falta de acceso a recursos básicos y tensiones geopolíticas pueden contribuir a situaciones difíciles en ciertas regiones del mundo.

A pesar de estos desafíos, la humanidad también está trabajando en soluciones, como la transición hacia fuentes de energía renovable, la conservación de la biodiversidad, la implementación de prácticas agrícolas sostenibles y la promoción de políticas para abordar problemas ambientales y sociales.

A diferencia de las hormigas, El ser humano tiende a ser muy egoico en general, puede contribuir a comportamientos bélicos e inhumanos por diversas razones, que incluyen aspectos psicológicos y sociales. Aquí se exploran algunas de las razones:

1. **Necesidad de Dominio:**
   - Un ego inflado a veces busca afirmarse a través del control y la dominación. Esta necesidad de dominio puede llevar a comportamientos bélicos cuando la persona busca imponer su voluntad sobre otros, incluso a través de la violencia.
2. **Miedo y Autoafirmación:**
   - Un ego frágil a menudo está vinculado al miedo y a la necesidad de autoafirmación. En situaciones de amenaza percibida, la persona puede recurrir a la agresión y la violencia como medios para proteger y fortalecer su ego.
3. **Competencia Destructiva:**
   - Un ego competitivo puede impulsar a las personas a buscar la superioridad a cualquier costo. La competencia destructiva puede manifestarse en conflictos bélicos donde se busca la supremacía territorial, política o ideológica.
4. **Identificación Grupal:**
   - El ego individual a veces se fusiona con la identidad grupal, llevando a la deshumanización de aquellos fuera de la propia comunidad. Esto puede justificar actos bélicos contra otros grupos, ya que se perciben como amenazas a la identidad y seguridad colectiva.
5. **Falta de Empatía:**
   - Un ego desmedido a menudo está vinculado a la falta de empatía. La falta de conexión emocional con el sufrimiento de los demás puede permitir la perpetración de actos inhumanos, ya que la persona no experimenta adecuadamente el impacto de sus acciones en otros.
6. **Nacionalismo Exacerbado:**



- En contextos nacionalistas extremos, el ego individual puede fusionarse con un sentido exagerado de orgullo nacional. Esto puede conducir a comportamientos bélicos en defensa de la identidad nacional, a menudo a expensas de la humanidad de otros grupos.

7. **Egoísmo Extremo:**
   - Un ego centrado en sí mismo puede llevar a un egoísmo extremo, donde los intereses personales se anteponen a consideraciones éticas y humanitarias. Esta mentalidad puede justificar acciones bélicas en aras de la auto gratificación.
8. **Dinámicas Sociales y Políticas:**
   - Factores sociales y políticos pueden fomentar la cultura de la guerra y la deshumanización del "otro". La manipulación de la opinión pública, la propaganda y la polarización política pueden contribuir a la justificación de acciones bélicas.
9. **Falta de Autorreflexión:**
   - Un ego muy desarrollado puede dificultar la autorreflexión y la consideración de las consecuencias éticas de las propias acciones. La falta de evaluación crítica puede permitir la participación en comportamientos bélicos sin cuestionar su justificación o moralidad.

Las hormigas y los humanos tienen algo en común cuando se trata de comportamiento bélico. Ambos parecen tener una estrategia similar: cuando hay una migaja de pan, ¡a veces se forma una guerra por quién se queda con ella! Parece que la lucha por los recursos no es exclusiva de ninguna especie, ¡ni siquiera de las más pequeñas!

La relación de la Torá y el Pardes

Una tradición judía que sostenía un misterio intrigante (Edelberg, 2013). Decían que todo lo que uno necesitaba saber sobre la vida estaba encerrado en la Tora. Pero, para los curiosos que se aventuraban a preguntar, la Tora solo representaba los primeros cinco libros de la Biblia. En el pasado las personas se preguntaban ¿Cómo podía un texto tan antiguo, ser limitado, contener todas las respuestas a las profundas preguntas de la existencia?

Para desentrañar este enigma, los sabios rabinos narraban una bella historia, una metáfora que abrazaba la esencia misma de la Tora. Comparaban este conocimiento ancestral a un huerto. A la distancia, este huerto parecía una amalgama de colores, una hermosa paleta pintada por la naturaleza. Pero si uno se acercaba, develaba un mundo asombroso de hojas, flores y frutos suculentos. Cada fruto, cubierto con capas y capas, ofrecía una delicia cuando se despojaba de sus envolturas.

Esta metáfora llevaba un significado profundo, un secreto de interpretación de la Tora, expresado a través de las letras de la palabra "pardes" (huerto). Cada letra representaba un

nivel de interpretación. La primera, "P", simbolizaba el sentido simple del texto (Pshat). Era el nivel que se percibía a simple vista, como cuando Adán desobedeció a D-os.

La segunda letra, "R", estaba asociada con "Remez" (insinuar). Este nivel llevaba a reflexiones personales, conectando la historia con experiencias propias. Como Adán, cuando sentimos vergüenza por algo indebido.

La tercera, "D", se refería a "Drash" (interpretar), donde las historias se convertían en lecciones para nuestras vidas. Así, D-os, al preguntar "¿Dónde estás?", quería que Adán se diera cuenta de su propia evasión.

La última letra, "S", hablaba de "Sod" (secreto). Este nivel final era un enigma dentro de sí mismo, incluso después de su supuesta comprensión. Como cuando D-os le decía a Adán que podía esconderse, cuando antes tenía el universo a su alcance.

Estos cuatro niveles, lo simple, lo insinuado, lo interpretativo y lo secreto, formaban el "PaRDeS", el huerto. La Tora, siendo este huerto, ofrecía capas y capas de sabiduría, y a medida que se sumergían en sus palabras, revelaba cómo vivir y saber.

Los judíos ven la Tora como un árbol de vida (**Etz Jaím**), cuyas raíces brotan los más dulces frutos, esos frutos que alimentaban el alma, más allá de sus cáscaras, con la profundidad de su significado. (Lo cual tiene una profunda relación con la Kabbalah y el árbol sefirótico)

La Cábala, o Kabbalah, busca comprender la naturaleza de D-os y del universo. La palabra "Cábala" significa "recepción" o "tradición" en hebreo y ha sido una disciplina de estudio y místico que se centra en la interpretación de textos sagrados, como el Zohar, y en la exploración de conceptos metafísicos, la numerología, la meditación y la búsqueda espiritual, entre estos el Pardes.

El Pardes es un concepto de la Cábala que se refiere al "jardín" o al "paraíso". Este término proviene del hebreo y representa diferentes niveles o capas de interpretación de los textos sagrados. En el Pardes se consideran cuatro niveles de comprensión:

- ✓ Peshat: el nivel literal o simple de entendimiento.
- ✓ Remez: el nivel alegórico, que sugiere significados más profundos a través de metáforas o simbolismos.
- ✓ Drash: el nivel midráshico o de explicación, que amplía las interpretaciones a través de enseñanzas y comentarios.
- ✓ Sod: el nivel esotérico o místico, que se relaciona con el significado más profundo y oculto de los textos.

En mi opinión esta técnica la puedes encontrar usos incluso para analizar otros tipos de textos como los literarios, pero ese no es tema ahora.



El Pardes es una estructura que permite interpretar los textos sagrados de manera más profunda y simbólica, explorando diferentes niveles de significado y entendimiento.

La Cábala en general, y conceptos como el Pardés en particular, han sido estudiados y discutidos durante siglos, y han influido en diversas corrientes espirituales y filosóficas en el judaísmo y más allá. Te cuento la historia:

En los pliegues del tiempo (Akiva ben Iosef, 2023), donde las letras surgen al ritmo de la historia, aparece la figura serena de Rabí Akiva, un sabio entre los sabios, tejedor de leyes y tradiciones en la vastedad de la sabiduría judía.

Desde sus humildes comienzos, en un rincón de la tierra, Akiva ben Iosef, pastor de ovejas, ignorante de las leyes y tradiciones, se erige como un "hombre del pueblo". En su juventud, los campos eran su libro, las ovejas sus compañeras, y el desconocimiento, su manto. Pero el destino, como un antiguo pergamino, se desenvolvió ante él.

A los cuarenta, con una familia numerosa, decide caminar hacia la academia de Lod, dirigida por Eliezer ben Hircano, su faro de conocimiento. De "hombre del pueblo" a "Rabí," un cambio de roles, un salto de ignorancia a la luz del saber. En Roma, sus pasos resonaron en una misión de súplica ante emperadores, buscando alivio para su pueblo.

Maestro de maestros, Akiva bebió de las fuentes de Joshua ben Hanania y Nahum de Gimzo. En Lod y más allá, su conocimiento floreció como un jardín de enseñanzas. La academia de Bnei Brak, como una constelación de sabiduría, llevó su nombre al viento.

En el escenario tumultuoso de la rebelión contra Roma, Akiva levantó la voz. Proclamó a Simón bar Kojba como Mesías, guiando a los valientes en la resistencia. Pero el destino, cual narrador inexorable, tenía guardada una última página para Akiva. Capturado, torturado en Cesarea Marítima, su piel y carne resistieron el ardor de hierros al rojo vivo.

En el momento supremo, cuando las palabras del Shemá, la esencia de la unicidad divina, resonaban en sus labios, Akiva extendió la palabra final, "Ejad" (significa Uno, me imagino se refería a Dios) y su espíritu se liberó de su maltrecho cuerpo. En la historia, se inscribe como uno de los 10 mártires del judaísmo, su nombre marcado en el servicio de Yom Kipur (Festividad que aún se celebra en la actualidad en Israel).

En esta vida dejo tantos Discípulos como estrellas hay en el cielo, y su academia como un faro, Akiva dejó un legado que se entrelaza con la Mishná y los Midrashim. Su método, como un río que fluye entre letras y símbolos, organizó las leyes y tradiciones en un cuerpo legal, un regalo para las generaciones venideras.

Aquí hago una pausa para explicarte el concepto de la Shemá:



"El Shemá es citado en el Nuevo Testamento, específicamente en el Evangelio según Marcos. En efecto, en Marcos 12:29-31 se lee que Jesús de Nazaret consideró al Shemá como el primero de los dos mayores mandamientos y lo ligó con un segundo, basado en Levítico 19:18:

29 Jesús le respondió: El primer mandamiento de todos es: Escucha, Israel; el Señor nuestro D-os, el Señor uno es.

30 Y amarás al Señor tu D-os con todo tu corazón, y con toda tu alma, y con toda tu mente y con todas tus fuerzas. Este es el principal mandamiento.

31 Y el segundo es semejante: Amarás a tu prójimo como a ti mismo. No hay otro mandamiento mayor que estos.

En Lucas 10:25-28, el Shemá es una vez más ligado a Levítico 19:18, en este caso por quien interroga a Jesús y ante el consentimiento del Nazareno:

25 Y he aquí que un intérprete de la ley se levantó y dijo, para probarle: Maestro, ¿haciendo qué cosa heredaré la vida eterna?

26 Él le dijo: ¿Qué está escrito en la ley? ¿Cómo lees?
27 Aquél, respondiendo, dijo: Amarás al Señor tu D-os con todo tu corazón, y con toda tu alma, y con todas tus fuerzas, y con toda tu mente; y a tu prójimo como a ti mismo.

28 Y le dijo: Bien has respondido; haz esto, y vivirás."

La Shemá es un pasaje clave en la tradición judía que destaca la unidad de D-os y llama a escuchar y obedecer. En el Nuevo Testamento, específicamente en los Evangelios de Marcos y Lucas, Jesús de Nazaret lo cita al considerarlo como el primer y más importante mandamiento. En Marcos 12:29-31, Jesús lo conecta con otro mandamiento basado en Levítico 19:18, enfatizando el amor a D-os y al prójimo como principios fundamentales. En Lucas 10:25-28, el Shemá se vincula nuevamente a Levítico 19:18, y Jesús confirma la importancia de amar a D-os y al prójimo como la esencia de la vida eterna.

Bajo el cielo de Yavne, Akiva participó en el Sanedrín, colaboró con Rabán Shimon ben Gamliel. En las páginas de la historia, su nombre resonó como "Cabeza de todos los sabios," el padre del judaísmo rabínico.

La Mishná es un código legal y una recopilación de enseñanzas y tradiciones judías. Y los Midrashim son colecciones de comentarios, interpretaciones y exégesis sobre la Biblia hebrea (Tanaj o Antiguo Testamento) y otros textos sagrados judíos.

El jardín del Pardes

En las sombras de la antigüedad, Rabí Akiva sigue siendo un eco de justicia y benevolencia. Su visión: D-os, un juez benevolente, equilibrando bondad y justicia en el tejido del tiempo. Y en su máxima sobre el libre albedrío, señala que la paradoja es un misterio más



allá de nuestra comprensión (Más adelante te explicaré porque decía que el libre albedrio es difícil de entender, a través de una breve descripción de los fenómenos cuánticos).

Y en sus palabras sobre la vida, Akiva guía con sabiduría: la tradición como valla, la beneficencia como guardiana de riquezas, los votos como camino hacia la abstinencia, y el silencio, una senda hacia la sabiduría.

Así, entre letras y leyes, entre la historia tejida y el destino enfrentado, Rabí Akiva, padre y maestro, permanece como una suave melodía, resonando en los corazones que buscan la luz en la vastedad del saber.

Hace mucho tiempo (Tora, 2023), en esa época, cuatro sabios se aventuraron hacia un lugar legendario, entre ellos había un personaje también legendario El Rabí Akiba, fueron al PaRDeS, un prado que encerraba las claves más profundas de la Torá y la realidad misma.

El PaRDeS, con sus cuatro perspectivas como letras mágicas, esperaba a aquellos que anhelaban comprender la plenitud de la creación.

Ben Azái, guiado por la creencia de que cortando los lazos con lo material se alcanzaría el objetivo divino, ingresó al huerto. Pero, trágicamente, la realidad material no debía ser anulada, sino entendida como un medio para expandir la plenitud infinita en todos los rincones del universo. Ben Azái, al pasar por alto esta verdad, encontró su fin entre las sombras del prado.

Luego, Ben Zomá, con su mente ferviente, se sumergió en la contemplación profunda. Sin embargo, su intuición desbordante y su imaginación ilimitada lo llevaron a la locura. La realidad espiritual, infinita como el Ein-Sof, no podía ser aprisionada por el análisis constante. Ben Zomá, al medir más allá de los límites, se perdió en un laberinto de su propia mente.

Ajer, influenciado por filosofías externas a la Torá, desvió su discernimiento. Cuando el discernimiento se usa para justificar debilidades en lugar de superarlas hacia la plenitud, se pierde el camino. Ajer, arrastrado por corrientes ajenas, abandonó la senda de la Torá.

Y finalmente, Rabí Akiva, con su corazón en paz, entró y salió del PaRDeS. Su comprensión armonizó lo general con lo particular, el objetivo con la forma. Descubrió la clave para la verdadera conciencia en el Sod, el secreto que revela las causas y, por ende, las consecuencias.

Cada uno de estos sabios representó una forma de comprender la sabiduría de la Kabalá. Pero solo Rabí Akiva, al comprender el Sod, encontró la libertad en la conexión con el Uno sin segundo (Aquí Akiva se refiere a D-os porque es el único, no hay un segundo después de D-os, no hay otro igual, desconozco porque en esa época lo decían así), el Kadósh Barúj

Hú. En este mágico cuento, el PaRDeS se convierte en el escenario donde las verdades más profundas se desvelan, y la sabiduría florece como un cuento eterno que resuena en el corazón de aquellos que buscan la verdad.

Entre lo tangible y lo etéreo (Jabad, 2023), Rabí Akiva emergió en paz porque forjó un pacto sereno entre su ser terrenal y su esencia divina. Unió las dos orillas de su existencia, entrelazando cuerpo y alma con hilos de reconciliación.

Al adentrarse en lo espiritual, anhelaba el retorno a lo físico, y al regresar al reino palpable, traía consigo fragmentos del sublime. Así, tejía un puente entre los mundos, teñido con los colores del propósito compartido, donde lo espiritual y lo físico danzaban en armonía, y Rabí Akiva, en su travesía, encontró la paz.

Te explico dos puntos importantes:

- "Sod" en hebreo significa "secreto". En el contexto de la historia anterior, el "Sod" representa la capa más profunda y esotérica de comprensión de la Torá y la realidad. Este nivel de entendimiento va más allá de lo evidente, insinuado o interpretado; es el secreto que revela las causas fundamentales que gobiernan todos los aspectos de la realidad.
- "Kadósh Barúj Hú" en hebreo significa "Santo, Bendito Sea Él". Es una expresión utilizada para referirse a D-os de una manera reverente y respetuosa. En la historia anterior, se menciona que en el nivel del "Sod", Rabí Akiva descubre en todos los aspectos de la vida al Uno sin segundo, al Kadósh Barúj Hú. Esto implica reconocer la santidad y la bendición divina en todas las cosas, así como la unidad y unicidad de D-os en la creación.

Después de hablar de Pardes, lo siguiente aparentemente no tiene que ver, pero sí tiene cierta conexión, voy a adentrarme en un tema delicado, en cómo se ramifico el PaRDeS después Akiva ya que mientras unos comenzaron a buscar la superación personal, otros comenzaron a ayudar a otros a mejorar además de amar al prójimo, pero aunque las dos cosas pueden ir de la mano, se dividieron, en esos tiempos cuando se practicaba la meditación como la de Rabí Akiba ya comenzaba la enseñanza de Jesús, en la actualidad a mí la religión católica me enseño que no solo es crecimiento personal lo que necesitamos o que sea en lo que debemos enfocarnos sino también compartir para esta bien con los demás y con uno mismo, el amor al prójimo.

Amor al Prójimo y desarrollo personal

En la época de Jesús, (Bernabé, 2018) existían diversos grupos que buscaban alcanzar el conocimiento y la unión con lo divino a través de prácticas específicas y debatidas para su época *(Meditación y algunos tratamientos con remedios caseros, eran mal vistos como hechicería pagana).* Estos grupos se dedicaban a diferentes técnicas de meditación con el objetivo de entrar en estados mentales que les permitieran establecer contacto con la



divinidad, a menudo denominado como "viajes celestes". El propósito principal de estas prácticas era descubrir los misterios celestiales y experimentar una transformación personal.

Desde mi punto de vista histórico los miembros de estos grupos se sumergían en la meditación, pero las demás personas los consideraban como "poseídos", pero la intención de la gente que practicaba la meditación era para lograr un estado mental que les permitiera acceder a la divinidad (Como son algunas técnicas de relajación en la actualidad como el Taichí o el Yoga) y para llevar a cabo una introspección y autoconocimiento. La conexión entre estas prácticas y relatos bíblicos, como la historia de los cuatro rabinos que ingresan al "pardes" (Jardín) mediante la meditación de pasajes como Génesis 1 o el carro de Ezequiel, se mencionaba en el contexto de estos grupos místicos. Se relataba la historia los cuatro rabinos, de los que solo uno, el Rabbí Akiba, logró salir indemne, mientras que los otros tres uno murió, uno enloquecio y otro dejo la religión.

En este contexto histórico y cultural, el Evangelio de Juan se presenta como una perspectiva contraria a estas reflexiones y conocimientos que estaban en auge en aquel momento. Juan adopta una posición espiritual que se distancia de las prácticas contemporáneas viéndolas como paganas, en lugar de una comprensión diferente de la espiritualidad y la conexión con lo divino. El evangelio cristiano busca ofrecer una visión más profunda y directa de la relación con lo divino, alejándose de estas prácticas. Este contraste refleja la singularidad de la enseñanza espiritual de Juan en comparación a las religiones predominantes en su contexto histórico y actual.

Un problema que enfrentan las comunidades actuales, similar a las que enfrentaron en la época de Juan, es que hay un fuerte deseo de espiritualidad, de explorar lo interno y tal vez lo trascendental. Se han desarrollado diversas espiritualidades, algunas orientales, cósmicas, centradas en la naturaleza, el yo, la auto-realización o el silencio en fin como menciona Bernabé (2018).

El dilema surge al preguntarnos si todas estas espiritualidades son humanizadoras. Para aquellos que se identifican como cristianos, la referencia a Jesucristo, su vida, sus enseñanzas y su mandato de amar al prójimo, es esencial para determinar qué es verdaderamente humanizador.

La coherencia con las enseñanzas originales de Jesucristo, que incluyen la responsabilidad hacia el mundo y los más vulnerables, es crucial al evaluar las espiritualidades. Aquellas que se centran excesivamente en el yo, la paz personal y el desarrollo individual, ignorando la responsabilidad hacia los demás, no parecen alinearse con la espiritualidad que Jesús enseñó.

La referencia a Jesucristo requiere una actualización que considere el contexto histórico, pero la coherencia con los principios originales sigue siendo esencial. La espiritualidad auténtica, no abdica de la responsabilidad social y valora la historia y la creación.

La metáfora del viento en el episodio de Nicodemo se utiliza para ilustrar que aquellos que nacen del Espíritu (Ruaj, que significa tanto viento, soplo como espíritu), según la enseñanza de Jesús, no siguen la lógica común ni pueden lograrlo mediante el esfuerzo propio; es un regalo para quienes creen". Por eso Jesús explico a Nicodemo que el viento (Ruaj o Ruah) sopla donde quiere y oyes su rumor, pero no sabes de dónde viene ni a dónde va. Así es todo aquel que nace del Espíritu (Jn 3,8)." (Bernabé, 2018) (Duarte, 2020)

La metáfora destaca dos puntos clave:

1. **Invisibilidad y Efecto:** Así como no vemos el viento en sí mismo, pero sentimos su influencia, el Espíritu Santo obra de manera imperceptible en la vida de aquellos que nacen del Espíritu (En Kabbalah es la luz divina). La transformación espiritual no siempre es evidente exteriormente, pero sus efectos pueden ser notados en la vida y el carácter de una persona.
2. **Regalo y Gracia:** Jesús enfatiza que este nacimiento espiritual no es algo que se pueda lograr por esfuerzo propio. No sigue la lógica común de los logros humanos, sino que es un regalo para aquellos que creen en él. Es una obra de la gracia divina, no meramente un resultado de acciones humanas (Aquí es donde surge la división de opiniones).

Si alguien elige no creer en la enseñanza de Jesús sobre el nacimiento espiritual y rechaza la idea de recibir el Espíritu Santo, según la perspectiva cristiana, se perdería la experiencia de esta transformación espiritual. Según las creencias cristianas, el rechazo de la fe en Jesucristo y la negativa a recibir al Espíritu Santo pueden tener consecuencias espirituales.

En términos teológicos, la falta de fe se considera una separación de la relación con D-os. Según algunas interpretaciones cristianas, esto puede llevar a la ausencia de la guía y la influencia del Espíritu Santo en la vida de esa persona. La creencia en Jesucristo y la recepción del Espíritu Santo se consideran fundamentales para la salvación y la vida espiritual plena, según la doctrina cristiana.

Pro no solo es tener fe, Jesús también decía que también dependía de nuestro actuar, sobre todo con los demás, no solo es creer en Él y ya es todo. El mismo lo dijo:

"¡Tengan cuidado! No hagan sus buenas acciones en público para que los demás los admiren, porque perderán la recompensa de su Padre, que está en el cielo. Cuando le des a alguien que pasa necesidad, no hagas lo que hacen los hipócritas que tocan la trompeta en las sinagogas y en las calles para llamar la atención a sus actos de caridad. Les digo la verdad, no recibirán otra recompensa más que esa. Pero tú, cuando le des a alguien que pasa necesidad, que no sepa tu mano izquierda lo que hace tu derecha. Entrega tu ayuda en privado, y tu Padre, quien todo lo ve, te recompensará. »Cuando ores, no hagas como los hipócritas a quienes les encanta orar en público, en las esquinas de las calles y en las sinagogas donde todos pueden verlos. Les digo la verdad, no recibirán otra recompensa



más que esa. Pero tú, cuando ores, apártate a solas, cierra la puerta detrás de ti y ora a tu Padre en privado. Entonces, tu Padre, quien todo lo ve, te recompensará".

Mateo 6:1-8 Nuevo testamento

En términos más simples, Jesús estaba enseñando sobre la importancia de hacer buenas acciones y orar de una manera sincera y desinteresada. Él aconsejaba no buscar la admiración pública al hacer actos de caridad o al orar, ya que la verdadera recompensa vendría de D-os ""en lugar de la aprobación de otras personas (ego)"". Jesús animaba a la gente a dar en secreto, sin buscar reconocimiento, y a orar en privado, conectándose genuinamente con D-os en lugar de mostrar sus acciones piadosas públicamente. La enseñanza se centra en la autenticidad, la humildad y la conexión íntima con la espiritualidad, más que en la exhibición pública de la bondad o la religiosidad.

Es importante señalar que estas creencias varían entre diferentes tradiciones cristianas, y las interpretaciones específicas pueden diferir. Algunas ramas del cristianismo enfatizan la importancia de la fe personal, mientras que otras pueden tener perspectivas diferentes sobre el destino espiritual de aquellos que no comparten las creencias cristianas. Se pierde la responsabilidad hacia el mundo y los más vulnerables, es crucial al evaluar las espiritualidades. Pero además el amor al prójimo, como un ejemplo cito lo siguiente:

"En aquel tiempo, Jesús se retiró al monte de los Olivos. Al amanecer se presentó de nuevo en el templo, y todo el pueblo acudía a él, y, sentándose, les enseñaba.
Los escribas y los fariseos le traen una mujer sorprendida en adulterio, y, colocándola en medio, le dijeron:
«Maestro, esta mujer ha sido sorprendida en flagrante adulterio. La ley de Moisés nos manda apedrear a las adúlteras; tú, ¿qué dices?».
Le preguntaban esto para comprometerlo y poder acusarlo.
Pero Jesús, inclinándose, escribía con el dedo en el suelo.
Como insistían en preguntarle, se incorporó y les dijo:
«El que esté sin pecado, que le tire la primera piedra».
E inclinándose otra vez, siguió escribiendo.
Ellos, al oírlo, se fueron escabullendo uno a uno, empezando por los más viejos.
Y quedó solo Jesús, con la mujer en medio, que seguía allí delante.
Jesús se incorporó y le preguntó:
«Mujer, ¿dónde están tus acusadores?; ¿ninguno te ha condenado?».
Ella contestó:
«Ninguno, Señor».
Jesús dijo:
«Tampoco yo te condeno. Anda, y en adelante no peques más».

Palabra del Señor" (Ecclesia, 2020)

La respuesta de Jesús es intrigante. En lugar de responder de inmediato, se inclina y comienza a escribir con el dedo en el suelo. La Biblia no especifica qué escribía, y esta



parte del relato ha llevado a diversas interpretaciones a lo largo del tiempo. Algunos sugieren que podría estar escribiendo los pecados de los acusadores, recordándoles su propia imperfección.

Te comparto lo que dice Octavio Esqueda (2020), destaca la dicotomía percibida entre lo espiritual y lo terrenal en la fe cristiana, especialmente en relación con la importancia de las obras sociales. Algunos líderes cristianos argumentan que la salvación espiritual es lo fundamental, relegando las acciones sociales a un papel secundario. Argumentan que preocuparse por la justicia social, sin compartir el evangelio, es insuficiente.

Sin embargo, la reflexión propone una visión más integradora y equilibrada. Se enfatiza que la fe y las obras no son opuestas, sino que siempre van de la mano. La gracia divina, que perdona los pecados por la fe en Cristo o en D-os, también inspira y capacita para realizar buenas obras. La conexión entre lo espiritual y lo terrenal es inseparable en la obra redentora de Cristo.

El apóstol Santiago es citado para respaldar esta integración. Santiago un evangelio similar al de Pablo, subraya la necesidad de que la fe y las obras estén unidas. A través de ejemplos cotidianos, teológicos y bíblicos, Santiago ilustra la relación entre la fe y las obras, argumentando que son indivisibles.

Todo esto nos refuerza la idea de que la fe sin obras está muerta, comparándola con un cuerpo sin espíritu. Se enfatiza que la fe en Cristo y las acciones en servicio a los demás son partes inseparables de la gracia divina en la vida del creyente. La inconsistencia entre la profesión de fe y las acciones revela un evangelio incompleto. La reflexión aboga por una fe que se manifieste en obras prácticas, siendo un testimonio vivo del impacto transformador de la gracia de D-os (Esqueda, 2020).

¿Pero cuál es el problema real?

La necesidad de que la fe y las obras estén unidas, así como la responsabilidad hacia el mundo y los más vulnerables.

Aunque la Kabbalah no aborda directamente la fe y las obras en el mismo sentido que las distintas ramas del cristianismo, comparte principios fundamentales con respecto a la conexión entre la espiritualidad y la acción en el mundo.

1. **Equilibrio en las Sefirot:** La Kabbalah enseña que hay un equilibrio y una armonía necesarios en la interacción de las Sefirot. Cada Sefirah representa un aspecto particular de la divinidad, y la Kabbalah aboga por la necesidad de equilibrar estas emanaciones para alcanzar la plenitud espiritual. Este equilibrio podría entenderse como la armonía entre la fe interna y las obras externas, ya que ambas son esenciales para una vida espiritual plena.
2. **Yesod y Tiféret:** Como se mencionó anteriormente, **Yesod** y **Tiféret**, dos de las Sefirot, podrían considerarse relevantes para la relación entre la fe y las obras. **Yesod** representa la conexión y la fundación, lo que sugiere la importancia de



traducir la fe interna en acciones concretas en el mundo. **Tiféret**, asociado con la armonía y la belleza, podría representar el equilibrio entre la devoción interna y las acciones éticas externas.

3. **Responsabilidad hacia el mundo:** La Kabbalah reconoce la interconexión de toda la creación y aboga por la responsabilidad hacia el mundo y sus habitantes. Aunque no se expresa en términos de "fe y obras" como en algunas tradiciones cristianas, la Kabbalah enfatiza la importancia de la acción ética y justa como una expresión de la conexión con lo divino.
4. **Caridad y Compasión:** La caridad y la compasión son valores importantes en la Kabbalah. La práctica de la caridad (Tzedaká) y la preocupación por los menos afortunados se consideran formas de manifestar la luz divina en el mundo y contribuir a la reparación del cosmos que se dice **Tikkun Olam** en hebreo.

Aunque la Kabbalah no aborda explícitamente la relación entre la fe y las obras de la misma manera que algunas ramas del cristianismo, sus principios fundamentales respaldan la idea de que la espiritualidad debe traducirse en acciones éticas y responsabilidad hacia el mundo y los más vulnerables. La Kabbalah aboga por un equilibrio entre la devoción interna y las acciones externas como parte integral del camino hacia la plenitud espiritual.

En particular, la conexión entre la fe y las obras podría considerarse en el contexto de las Sefiroth conocidas como "**Tiféret**" y "**Yesod**".

1. **Tiféret:** Se asocia con la armonía y el equilibrio. Es la Sefirah que integra y equilibra la compasión (**Jésed**) y la disciplina (**Gevurá**). Representa la belleza y la verdad, y su equilibrio es esencial para la armonía en el sistema de las Sefirot. **Tiféret** podría considerarse como la manifestación de la fe y las obras equilibradas en la vida de una persona.
2. **Yesod:** Por otro lado, está asociado con la fundación y la conexión. Es la Sefirah que conecta la realidad material con el mundo espiritual. La unión de la fe y las obras puede reflejarse en **Yesod** como la conexión sólida entre la creencia interna (fe) y las acciones externas (obras) que se manifiestan en el mundo físico.

La armonía entre la fe y las obras puede considerarse como una integración adecuada de las Sefirot, en particular, **Tiféret** y **Yesod**. Este equilibrio refleja la idea de que la fe y las acciones deben coexistir y complementarse mutuamente para lograr una conexión más profunda con la divinidad y mantener la armonía en el mundo.

Si una persona se enfoca exclusivamente en la exploración individual y la conexión puramente mística, podría haber desequilibrios en la manifestación de ciertas Sefirot, lo que podría afectar la relación entre la búsqueda espiritual y la responsabilidad social. A continuación, se exploran algunos aspectos en términos de las Sefiroth entre creencia interna (fe) y las acciones externas (obras):



1. **Kéter (Corona):** Representa la conexión más elevada con lo divino. Si alguien se enfoca únicamente en la exploración individual y mística, puede estar demasiado centrado en alcanzar experiencias espirituales elevadas (Kéter) sin considerar la aplicación práctica de esas ideas creativas como *"los insights son la idea brillante, el descubrimiento de la pista que nos ayuda a resolver un problema y que revela las claves para desarrollar la estrategia adecuada en la vida diaria"* (Alonso, 2022).
2. **Jojmá (Sabiduría) y Biná (Comprensión):** Estas Sefiroth están asociadas con la sabiduría y la comprensión. Si una persona se enfoca exclusivamente en la conexión mística, pero no aplica esa sabiduría para comprender la importancia de la responsabilidad social, puede haber un desequilibrio entre Jojmá y Biná.
3. **Jésed (Bondad) y Gevurá (Fuerza):** Jésed representa la bondad y la compasión, mientras que Gevurá simboliza la disciplina y la fuerza. Un desequilibrio podría ocurrir si la búsqueda mística se enfoca solo en experimentar la bondad divina (Jésed) sin considerar la necesidad de disciplina y responsabilidad social (Gevurá).
4. **Tiféret (Belleza):** Se asocia con la armonía y la belleza. Si la exploración individual y mística no se traduce en acciones armoniosas y bellas en la interacción con los demás y el entorno, puede haber un desequilibrio en **Tiféret** ni en las demás Sefiroth.
5. **Netsaj (Eternidad) y Hod (Gloria):** Estas Sefiroth están relacionadas con el aspecto eterno y glorioso de la divinidad. Un desequilibrio podría surgir si la búsqueda mística se enfoca únicamente en la eternidad y la gloria sin considerar las necesidades inmediatas y concretas de la sociedad (responsabilidad social).
6. **Yesod (Fundamento): Yesod** se asocia con la conexión y la fundación. Un desequilibrio podría ocurrir si la exploración individual y mística no se traduce en una conexión sólida con la realidad cotidiana y las necesidades sociales fundamentales.
7. **Maljut (Reino):** Maljut representa la manifestación y la concreción. Un desequilibrio podría manifestarse si la exploración mística no se traduce en acciones tangibles que contribuyan al bienestar y la responsabilidad social en el reino terrenal.

En la tradición cabalística, la Sefiroth que se relaciona más directamente con la búsqueda espiritual y la responsabilidad social es **Tiféret**. Ya que encuentra en el centro del Árbol de la Vida y se considera el punto de equilibrio. Representa la armonía, la belleza y la compasión. Cuando logramos un balance entre la búsqueda espiritual y la responsabilidad social, estamos armonizando estos dos aspectos de nuestra vida.

La búsqueda espiritual a menudo implica la conexión con lo divino, el autoconocimiento y el crecimiento personal, aspectos que se relacionan con varias Sefiroth, pero especialmente con Kéter (la corona), Jojmá (la sabiduría) y Biná (el entendimiento). Por otro lado, la responsabilidad social se vincula con Netsaj (la victoria) y Hod (la gloria), que están asociadas con la acción y la manifestación en el mundo.

Cuando logramos equilibrar la búsqueda espiritual y la responsabilidad social, **Tiféret** actúa como el punto medio que armoniza estas energías opuestas. **Tiféret** también se asocia con el corazón, sugiriendo que este equilibrio proviene de un lugar de compasión y amor, elementos fundamentales para vivir una vida plena y equilibrada en la perspectiva cabalística.

Equilibrar la fe y la acción es importante, sobre todo en momentos difíciles. Se dice que:



"Rabí Akiva viajaba una vez en el camino (a Jerusalén) y tenía un burro, un gallo y una lámpara con él. Llegó a cierta ciudad y fue a buscar alojamiento para pasar la noche, pero todos lo rechazaron. Él dijo: «Cualquier cosa que D-os haga es por el bien» ...y pasó la noche al aire libre. Un león vino y devoró su burro; vino un gato y se comió su gallo; y una ráfaga de viento vino y apagó la luz. Él dijo: «Todo lo que D-os hace es para bien» Esa misma noche llegó un regimiento del ejército, conquistó la ciudad y llevó al pueblo al cautiverio. Rabí Akiva dijo: «¿No te lo dije? ¿Lo que D-os hace es para bien?»" (Akiva ben Iosef, 2023)

La historia de Rabí Akiva nos enseña la poderosa lección de que, a veces, lo que parece ser una pérdida o un contratiempo inmediato puede estar destinado a protegernos de males mayores o conducirnos hacia algo mejor en el futuro. Enfrentando el rechazo y la adversidad, Rabí Akiva mantuvo su fe inquebrantable en que todo lo que D-os hace es para bien.

Aunque perdió su burro, gallo y lámpara, estas pérdidas resultaron ser una bendición disfrazada. El león, el gato y la ráfaga de viento, en última instancia, le salvaron de la captura y el cautiverio cuando el regimiento del ejército conquistó la ciudad esa misma noche.

La enseñanza motivadora y positiva que nos deja esta historia es que, incluso en medio de las dificultades aparentes, podemos confiar en que hay un propósito más elevado en juego. La paciencia, la aceptación y la fe pueden llevarnos a través de los desafíos, y a veces, las aparentes pérdidas son solo el preludio de logros y protecciones futuras. Mantener una perspectiva positiva, incluso en momentos difíciles, nos permite ver más allá de las circunstancias inmediatas y reconocer el potencial de crecimiento y bienestar que puede surgir de cada experiencia

Comprensión de la realidad

El ser humano estudia el cosmos y la física, así como muchas otras ciencias, haciendo abstracciones de estos conceptos e ideas a través de las matemáticas, regularmente creemos que no hay fallos en sus argumentos, pero el matemático Gödel demostró que las matemáticas son incompletas, gracias a los axiomas de Peano que son un conjunto de reglas importantes inventadas por el matemático Giuseppe Peano en el siglo XIX. Estos axiomas se utilizan para definir los números naturales, como 1, 2, 3, y así sucesivamente. Son como las reglas fundamentales que seguimos al contar y trabajar con números. Estos axiomas ayudan a establecer las propiedades y relaciones básicas de los números naturales y son una parte esencial de la teoría matemática que estudia los números (Miquel, s.f.) (Axiomas de Peano, 2023).

¿Nuestras matemáticas actuales están incompletas? Sí, pero funcionan bien por el momento y a través de ellas como describimos los fenómenos que ocurren en el Universo, ahora no te asustes solo veremos de manera sencilla el primer teorema de incompletitud



de Gödel, que se aplica al caso fundamental de la Aritmética de Peano (PA). Aquí está una explicación:

Demostración: El primer teorema de incompletitud de Gödel establece que, si la Aritmética de Peano (PA) es consistente, entonces es incompleta. En otras palabras, hay una fórmula cerrada, denotada como G, que no se puede ni demostrar ni refutar dentro del propio sistema PA.

La demostración de este teorema es un argumento ingenioso y auto-referencial que utiliza una codificación numérica de las afirmaciones matemáticas. Gödel construyó una fórmula G que es esencialmente una afirmación de "Esta fórmula no es demostrable en PA". Si G fuera demostrable en PA, entonces tendríamos una contradicción, ya que demostrar G implicaría que G es falso, lo cual contradice su construcción. Por otro lado, si G fuera refutable en PA, demostrar su negación, ¬G, también llevaría a una contradicción, ya que refutar G implica que G es verdadero.

Conclusiones:

1. **La consistencia de PA:** El teorema parte del supuesto de que PA es consistente, es decir, que no lleva a contradicciones. Si PA fuera inconsistente, entonces podría demostrar y refutar cualquier afirmación, y el teorema no tendría relevancia.
2. **Incompletitud de PA:** La conclusión principal es que, si PA es consistente, entonces existen afirmaciones dentro de PA que no pueden ser probadas ni refutadas dentro del mismo sistema. Este resultado desafía la idea de que un sistema lógico y formal como PA puede abarcar completamente todas las verdades matemáticas sobre los números naturales.

Gödel demostró que cualquier sistema lógico suficientemente fuerte para expresar la aritmética tiene limitaciones inherentes, y siempre habrá afirmaciones matemáticas verdaderas pero no demostrables dentro de ese sistema. Este teorema es fundamental para la comprensión de los límites de la lógica y la demostración en matemáticas.

Ahora ¿Existe de forma tangible la conciencia humana? El físico matemático británico y profesor emérito de Matemáticas y premio nobel Roger Penrose investiga la idea de la superposición cuántica. En términos simples, esto se refiere a la posibilidad de que las partículas cuánticas puedan existir en múltiples estados al mismo tiempo. Sugiere que esta superposición podría mantenerse durante un tiempo, pero eventualmente colapsaría debido a una diferencia de energía gravitatoria entre los estados. Él vincula esto con la idea de que toda la masa es en realidad energía, y esta energía deforma el espacio-tiempo alrededor de un objeto (García, 2014).

Penrose habla sobre la reducción objetiva, un proceso en el cual la superposición cuántica colapsa a un estado definido. Destaca que este colapso no requiere la observación consciente, sino que puede ocurrir debido a diferencias de energía y gravedad. Penrose

sugiere que, aunque sus ideas pueden parecer extrañas, son plausibles y las presenta como un juego intelectual interesante.

Una parte clave de la discusión se centra en la relación entre la consciencia y la mecánica cuántica. Penrose sugiere que la mente podría tener aspectos cuánticos, ya que lo cuántico a veces implica elementos no computables, lo que podría ofrecer una esperanza para comprender la consciencia. Los microtúbulos, que son parte de las células, se mencionan como posibles lugares donde ocurren fenómenos cuánticos.

Penrose explora la posibilidad de que aspectos de la mecánica cuántica estén relacionados con la consciencia, ofreciendo ideas fascinantes aunque aún en debate (García, 2014).

Esto nos lleva a la relación entre las matemáticas, la física, la conciencia cuántica y las ideas de Roger Penrose sobre la mente y los microtúbulos implica conceptos complejos pero fascinantes. Aquí hay una explicación:

1. Matemáticas y Física: Están intrínsecamente interrelacionadas. Las matemáticas proporcionan un lenguaje preciso y estructurado para describir las leyes y fenómenos físicos. Las teorías físicas a menudo se expresan mediante ecuaciones matemáticas que modelan el comportamiento de partículas, campos y sistemas físicos en general.

2. Conciencia Cuántica y Roger Penrose: Roger Penrose, ha propuesto la idea de que la mente humana podría tener aspectos cuánticos. Su hipótesis se basa en que la mecánica cuántica a veces involucra elementos no computables, es decir, procesos que no pueden preverse o calcularse de manera determinista. Sugiere que estos aspectos cuánticos pueden proporcionar una explicación para fenómenos mentales, especialmente aquellos relacionados con la conciencia.

3. Microtúbulos como Posibles Sitios Cuánticos: Los microtúbulos son componentes celulares, estructuras tubulares que forman parte del citoesqueleto de las células. Penrose propone que los microtúbulos podrían ser lugares donde ocurren fenómenos cuánticos relevantes para la conciencia. Argumenta que ciertas propiedades cuánticas podrían influir en procesos cognitivos, como la percepción y el pensamiento.

La conexión entre estos elementos se basa en la idea de que la mecánica cuántica, que describe el comportamiento de partículas a niveles muy pequeños o muy grandes, implicando la comprensión de la mente y la conciencia. Penrose sugiere que los fenómenos cuánticos en los microtúbulos podrían desempeñar un papel crucial en la actividad mental de como experimentamos la realidad.

Por otra parte la percepción, experiencia y significado de la realidad son conceptos complejos que han sido objeto de reflexión y estudio en diversas disciplinas como la filosofía, la psicología, la neurociencia y la epistemología. Aquí hay algunas ideas generales sobre estos temas:

1. **Percepción:**
   - La percepción se refiere a cómo interpretamos la información sensorial que recibimos a través de nuestros sentidos (vista, oído, tacto, gusto, olfato).
   - La percepción no es una simple reproducción de la realidad objetiva; está influenciada por factores como la atención, las expectativas, la cultura y las experiencias previas.
   - La teoría de la Gestalt sugiere que "la manera de ser, comportarse y sentir del ser humano **no puede reducirse sólo a lo que es directamente observable o medible**" (Torres, 2015), que tendemos a organizar la información sensorial en patrones significativos y coherentes.
2. **Experiencia:**
   - La experiencia se relaciona con la vivencia subjetiva de eventos, situaciones o momentos. Es única para cada individuo y se forma a través de la interacción con el entorno y las relaciones sociales.
   - La experiencia está influenciada por factores emocionales, cognitivos y sociales.
   - La interpretación personal y el significado asignado a las experiencias varían entre las personas.
3. **Significado de la Realidad:**
   - El significado de la realidad es subjetivo y puede ser construido a través de procesos cognitivos y sociales. La realidad objetiva puede ser interpretada de diferentes maneras por individuos con diferentes perspectivas y contextos.
   - Las teorías del constructivismo donde sostienen que la realidad es construida por la mente humana, y cada persona tiene su propia versión de la realidad basada en sus experiencias y conocimientos.
   - En filosofía, la fenomenología explora cómo experimentamos la realidad y cómo damos significado a esos fenómenos.
4. **Perspectivas Científicas:**
   - La neurociencia busca comprender cómo el cerebro procesa la información sensorial y cómo esto contribuye a nuestra percepción y experiencia de la realidad.
   - La psicología cognitiva explora cómo los procesos mentales influyen en la percepción y en la construcción del significado.

El científico *"Jacobo Grinberg Zylberbaum (Ciudad de México, 12 de diciembre de 1946 - desaparecido el 8 de diciembre de 1994, en circunstancias desconocidas),…fue un neurofisiólogo y psicólogo mexicano… Estudió psicología en la Universidad Nacional Autónoma de México. En 1970, viajó a Nueva York a estudiar psicofisiología en el Brain Research Institute (Instituto de Investigación Cerebral). Obtuvo un doctorado con una investigación enfocada en los efectos electrofisiológicos de los estímulos geométricos en el cerebro humano"* (Jacobo Grinberg, 2023), cuya búsqueda comenzó con una pregunta aparentemente simple pero profundamente intrigante: "¿Dónde está la luz?" Esta pregunta



se convirtió en el faro que guió el resto de su vida, llevándolo a explorar los misterios de la percepción y la experiencia consciente.

"Hágase la luz. Y la luz se hizo.
Génesis 1:3

Dios sólo se hace presente al desaparecer escondiéndose.
Martin Heidegger" (Phoenix, Pijamasurf, 2017)

Jacobo (Phoenix, Pijamasurf, 2017) se sumergió en un viaje intrincado, donde la luz dejó de ser simplemente un fenómeno físico. Descubrió que la experiencia de la luz no residía en campos electromagnéticos ni en fotones, sino en algo más profundo y subjetivo: las "qualia". Estas eran las cualidades subjetivas de las experiencias individuales, como la rojez de lo rojo o lo doloroso del dolor.

Su mente brillante concibió la Teoría Sintérgica, una joya diáfana que surgió de sus incursiones en las profundidades del oscuro mar de la conciencia. Jacobo razonó que la única manera de comprender las qualias y la transformación de la actividad cerebral en experiencia consciente era a través de la experiencia directa.

La Teoría Sintérgica, amalgama de síntesis y energía, introdujo conceptos como coherencia, densidad informacional y frecuencia. Estos elementos actuaban sinérgicamente, generando una realidad percibida. La "lattice", una matriz holográfica de interrelaciones, se entrelazaba con el "campo neuronal" del cerebro humano, creando la realidad perceptual.

La lattice, esa estructura fundamental del espacio, era una red de coherencia y simetría infinitas. Se la conocía también como akasha, el Collar de Perlas de Indra, o campo cuántico. Era la base de toda la existencia, una matriz multidimensional de capacidad vibracional infinita.

El campo neuronal, formado por las interacciones de las 12 mil millones de neuronas en el cerebro humano, modificaba la lattice. Esta interacción generaba la realidad perceptual que experimentamos a través de nuestros sentidos físicos.

La Teoría Sintérgica postulaba que la conciencia era un atributo de la lattice del espacio-tiempo, una conciencia pura que precedía y contenía todas las experiencias. La luz, el sonido, el dolor, eran resultados de la interacción en la zona donde el campo neuronal y la lattice convergían.

Un explorador de lo desconocido, desafiaba los paradigmas científicos establecidos. Su teoría ofrecía una perspectiva que trascendía las limitaciones del materialismo y el positivismo. Abogaba por el *zeteticismo*, una aproximación crítica y abierta a ideas no ortodoxas.

La Teoría Sintérgica invitaba a reflexionar sobre quién experimenta y la naturaleza de la realidad misma. En un mundo donde la confusión entre contenidos mentales y realidad era la norma, nos recordaba que cada modelo construido revela más sobre nuestra mente que sobre el universo.

En la búsqueda del significado de la experiencia consciente, la Teoría Sintérgica desafiaba las fronteras de la comprensión humana, invitándonos a cuestionar nuestra percepción y a explorar los misterios de la existencia. Y así, en la encrucijada entre la ciencia y la conciencia, la luz seguía siendo un enigma, pero la mente de Jacobo Grinberg iluminaba un camino hacia la comprensión más profunda (Phoenix, Pijamasurf, 2017).

"La inteligencia es la capacidad de recibir, decodificar y transmitir información de manera eficiente.
Robert Anton Wilson" (Phoenix, Pijamasurf, 2017)

La historia de Jacobo Grinberg Zylberbaum se revela como un épico viaje a través de los cinco niveles del lenguaje, un relato que fusiona la ciencia, la espiritualidad y la experiencia humana en una sinfonía de comprensión más allá de las palabras.

Se embarcó en una odisea de observación, estudio y experimentación, explorando los misterios del cerebro y las neuronas. Sin embargo, su viaje va más allá de los confines de la ciencia convencional, ya que se sumerge en las enseñanzas de místicos orientales y chamanes mexicanos, aplicando este conocimiento en su propia conciencia.

El relato se entrelaza con las enseñanzas de la tradición judía, donde los rabís y cabalistas revelan cuatro niveles de lectura de la Torá. Estos niveles, desde lo simple hasta lo oculto, establecen un precedente histórico que resuena en la propuesta de Grinberg.

La pieza clave se encuentra en el libro "Más allá de los lenguajes" (1988) de Grinberg, donde se despliega la filosofía de los cinco niveles del lenguaje. La frase "Es delicioso el sabor de esta manzana" se convierte en la obra maestra sobre la cual se pintan estas cinco capas de significado.

I. En el primer nivel, la frase es literal y concreta, una descripción sensorial de una manzana específica. Aquí, la comunicación es simple y limitada al hecho tangible.

II. En el segundo nivel, la misma frase se carga de emociones e historias personales, revelando un contenido más íntimo y profundo. Este nivel requiere que el receptor conozca las referencias personales del emisor para comprender plenamente.
III. El tercer nivel añade una capa de abstracción, conectando la experiencia individual con conceptos universales. La manzana ya no es solo una fruta, sino una bendición de la naturaleza que otorga salud y bienestar. La comunicación en este nivel exige un entendimiento compartido de conceptos más abstractos.
IV. El cuarto nivel, trascendente, va más allá de lo concreto y se sumerge en la interdependencia de todo. La frase se convierte en un vehículo para transmitir conocimientos biológicos, sociales y psicológicos complejos, utilizando la manzana como símbolo. La comunicación aquí es una plataforma simbólica para un intercambio profundo.
V. Finalmente, en el quinto nivel, la frase adquiere un significado sublime que solo un ser totalmente realizado puede entender. Aquí, se habla de la totalidad y la Unidad, una expresión de la experiencia plena del Ser. Este nivel de lenguaje solo puede ser interpretado por un contemplativo que funcione en el mismo nivel de conciencia.

La narrativa culmina con su visión sobre la relación entre el hombre y el mundo, que también posee cinco niveles. La realidad se presenta siempre, pero su captación depende del grado de abstracción del observador. Desde la percepción de objetos concretos hasta la fusión de observador y observado en un presente eterno, estos niveles reflejan la evolución de la conciencia.

Propone el desarrollo de la capacidad de comprender la experiencia detrás de las palabras de manera más directa, desencadenando la evolución del lenguaje hacia una comprensión más profunda y cósmica (Phoenix, Pijamasurf, 2017).

Así, se erige como un monumento a la exploración de los niveles más profundos de la comunicación humana, fusionando ciencia y espiritualidad en un viaje que invita a la reflexión sobre la complejidad de nuestra existencia.

Ahora voy a explicar un tema intrincado, en relación con las diferencias entre personas que prefieren la realidad tangible en su entorno y aquellas que se inclinan hacia las realidades virtuales y redes sociales, desde la perspectiva de la teoría sintérgica, sugiere que estas preferencias están vinculadas al nivel de abstracción y percepción de cada individuo. Algunas personas pueden sentirse más conectadas con la realidad tangible y concreta, mientras que otras pueden encontrar significado y conexión en entornos virtuales o redes sociales, lo que refleja distintos niveles de conciencia y abstracción en la interpretación de la realidad.



Adicción a la irrealidad

La preferencia por la realidad tangible y concreta o por los entornos virtuales y redes sociales no puede clasificarse fácilmente como "bueno" o "malo", ya que depende en gran medida de las necesidades individuales, contextos y equilibrio en la vida de cada persona. Aquí hay algunas consideraciones:

Conexión con la realidad tangible y concreta:

- **Ventajas:**
  - Mayor conexión con experiencias físicas y sensoriales.
  - Posibilidad de desarrollar relaciones cara a cara y conexiones personales.
  - Participación activa en el entorno inmediato.
- **Desventajas:**
  - Puede haber limitación en la diversidad de experiencias.
  - Menos acceso a ciertos aspectos de la información y la comunicación digital.

Conexión con entornos virtuales y redes sociales:

- **Ventajas:**
  - Acceso a una amplia gama de información y recursos en línea.
  - Posibilidad de conectarse con personas de todo el mundo.
  - Oportunidad de participar en comunidades en línea y compartir intereses.
- **Desventajas:**
  - Riesgos asociados con la sobreexposición a las redes sociales.
  - Posible disminución de la interacción cara a cara.
  - Potencial para la pérdida de tiempo en actividades en línea.

En última instancia, lo importante es encontrar un equilibrio que funcione para cada individuo. Una conexión saludable con la realidad tangible y con entornos virtuales puede coexistir. Es esencial evaluar cómo estas elecciones afectan la calidad de vida, las relaciones personales y el bienestar general. La clave está en la conciencia y la moderación, asegurándose de que las preferencias personales no limiten negativamente la diversidad de experiencias y conexiones significativas en la vida de uno.

El uso indiscriminado de la tecnología, en particular de dispositivos digitales como teléfonos inteligentes y computadoras, puede tener un impacto significativo en la percepción, experiencia, comprensión de la realidad y, en algunos casos, en la inteligencia de las personas. Aquí exploraremos cómo este uso excesivo puede afectar diferentes aspectos:

1. Percepción y Experiencia:



- **Distracción Constante:** La constante atención a dispositivos digitales puede generar distracción, afectando la capacidad de las personas para percibir plenamente su entorno y experimentar momentos de la vida cotidiana.
- **Desconexión Social:** A pesar de estar conectados digitalmente, el uso excesivo puede llevar a la desconexión social, disminuyendo la calidad de las interacciones cara a cara y la comprensión empática.

2. Comprensión de la Realidad:

- **Filtración Digital:** El consumo excesivo de información a través de dispositivos puede filtrar la realidad, presentando una versión sesgada o limitada del mundo. Esto puede influir en la percepción de eventos y noticias.
- **Burbujas de Información:** El uso frecuente de redes sociales y motores de búsqueda personalizados puede crear burbujas de información, limitando la exposición a perspectivas diversas y afectando la comprensión global de la realidad.

3. Inteligencia:

- **Deterioro de Habilidades Cognitivas:** Algunos estudios sugieren que el uso excesivo de tecnología, especialmente de dispositivos móviles, podría estar relacionado con un deterioro en ciertas habilidades cognitivas, como la atención sostenida y la memoria de trabajo.
- **Dependencia Tecnológica:** La dependencia constante de la tecnología para la obtención de información puede disminuir la capacidad de retención y procesamiento de datos sin el apoyo de dispositivos.

4. Desarrollo de Hábitos Saludables:

- **Problemas de Sueño:** El uso excesivo de dispositivos antes de dormir puede interferir con los patrones de sueño, afectando la calidad del descanso y, por ende, la salud mental y cognitiva.
- **Sedentarismo:** La dependencia de la tecnología también puede contribuir al sedentarismo, afectando la salud física y mental a largo plazo.

5. Conducta Adictiva:

- **Adicción Tecnológica:** El uso descontrolado puede llevar a comportamientos adictivos, donde las personas sienten una necesidad compulsiva de revisar constantemente sus dispositivos, afectando su productividad y bienestar general.

El uso indiscriminado de la tecnología puede tener múltiples consecuencias en la forma en que las personas perciben, experimentan y comprenden el mundo que las rodea. Sin embargo, es importante destacar que el impacto puede variar según la forma en que se

utilice la tecnología y la conciencia que las personas tengan sobre su relación con ella. El equilibrio y la moderación son clave para mitigar estos posibles efectos negativos.

En un mundo donde la tecnología teje su red, algunos eligen desafiar la corriente. Hara (2023) en su artículo nos dice que "pero algunas de las personas más inteligentes del mundo no usan teléfonos inteligentes". En los pasillos de la inteligencia, entre las sombras de los pensadores, florece una tendencia: algunos de las mentes más brillantes optan por dejar atrás los teléfonos inteligentes, esos dispositivos que prometen conectividad infinita pero roban la atención vital.

Imagina a Christopher Nolan (Hara, 2023), el mago detrás de las historias en la pantalla grande, resistiendo la atracción del smartphone. Para él, la distracción se disfraza en forma de una pantalla que constantemente intenta robar su atención. Cuando crea mundos en su mente, prefiere la pureza de un simple teléfono, lejos de las tentaciones digitales.

En el corazón de Silicon Valley, donde las mentes bulliciosas conciben el futuro, Yuval Noah Harari, el cronista del mañana, renuncia a la seductora magia del smartphone. Su atención, un recurso precioso, no caerá en las garras de un dispositivo que siempre ansía atraparla.

Damon Albarn, el creador de melodías que se despliegan como lienzos sonoros, elige un camino diferente. No carga consigo el peso de un celular, permitiéndole danzar por la vida con la ligereza de la creatividad. Entre los elegidos que renuncian al encanto digital, se encuentran Christopher Walken, Michael Cera, Elton John y Warren Buffet, este último, un titán financiero, prefirió un simple Samsung flip hasta que su sendero se cruzó con las inversiones en Apple.

¿Qué se esconde detrás de esta renuncia? Un acto de resistencia contra la maquinaria de la mercadotecnia, un ahorro de monedas que encuentran destinos más nobles y, en el fondo, una negación a contribuir al lamento de la Tierra. Los smartphones, con su desfile de metales raros y su danza de desecho y reemplazo, se revelan como cómplices en el crimen ecológico global.

Algunos eligen un sendero diferente, un camino de resistencia y conciencia. No es solo una cuestión de estatus, sino una elección consciente de liberar la atención, de desintoxicarse de las plataformas digitales. Se abrazan teléfonos básicos, se desconectan en horas específicas, se desprenden del lastre de la consumición sin fin.

En este acto de rebelión silenciosa, se esboza una poesía de libertad. La resistencia a la tentación digital se convierte en una declaración de independencia, un susurro en el viento que lleva consigo la esencia de una vida no aprisionada por la constante demanda del smartphone. Personas que escriben su propia historia, lejos de la seducción de las pantallas brillantes, y en cambio, abrazan la simplicidad, la libertad y la conexión auténtica con el mundo que los rodea (Hara, 2023).

Pero en el fascinante reino de las redes sociales (The Guardian, 2022), un fenómeno que emergió con una fuerza arrolladora, transformando la forma en que la juventud se conectaba, compartía y, sin saberlo, alteraba sus mentes. Este fenómeno llevaba el nombre de TikTok, una aplicación que, en pocos años desde su nacimiento, conquistó la atención de más de mil millones de usuarios y redefinió el panorama de las redes sociales.

En este reino digital, donde los jóvenes se autodenominaban "la generación TikTok", la mayoría de los adolescentes se sumergía diariamente en un océano de contenido efímero. Pero, detrás de las risas y los bailes sincronizados, se tejía una historia inquietante y desconcertante, una historia que aún no comprendíamos del todo.

Filósofos modernos del conocimiento digital, como Philipp Lorenz-Spreen del Instituto Max Planck, expresaban su preocupación. "Es vergonzoso lo poco que sabemos sobre TikTok y sus efectos", murmuró Lorenz-Spreen, señalando la brecha entre la explosiva expansión de la aplicación y nuestro entendimiento de su impacto en la salud mental y hábitos de la juventud.

La falta de comprensión se vuelve más alarmante al considerar que la "generación TikTok" está entregando sus mentes y emociones a una plataforma cuyos efectos aún no podíamos descifrar completamente. Los jóvenes, atraídos por la elección de los algoritmos y el magnetismo de la pantalla, se sumergían en un mundo donde la optimización del tiempo de visualización reina supremamente.

Expertos advirtieron sobre la singularidad de TikTok, una aplicación que no solo mostraba contenido, sino que lo ajustaba a la medida de minutos y horas de atención. Pero, ¿qué consecuencias tenía este enfoque para el cerebro humano? "Lo que eso hace al cerebro, no lo sabemos", confesó Lorenz-Spreen, mientras la incertidumbre crecía como sombras en una noche sin estrellas.

En este reino digital, la línea entre la realidad y la representación se desvanecía. Desafíos peligrosos, engendrados por el algoritmo de TikTok, emergían como monstruos modernos. El "reto de Benadryl", llevando a la muerte, y el "reto del apagón", vinculado a tragedias de jóvenes, se convertían en advertencias de las consecuencias de esta realidad "única".

La plataforma, rápida y astuta, parecía anticipar los deseos más íntimos de sus usuarios, creando una relación tan personal que sus algoritmos llegaron a conocer la sexualidad de los usuarios antes que ellos mismos. El TikTok "Para Ti" se volvía un espejo mágico, reflejando no solo bailes pegajosos, sino también identidades y deseos secretos.

Pero, entre la magia y la deslumbrante personalización, se alzaban preocupaciones crecientes. Marc Faddoul, de Tracking Exposed, alertaba sobre el flujo interminable de "toques emocionales" que podían afectar a los usuarios a largo plazo. "No hará que nadie se deprima de la noche a la mañana, pero horas de consumo todos los días pueden tener

un impacto serio en tu salud mental", advertía Faddoul, mientras la sombra de la sobreexposición acechaba.

En esta encrucijada digital, los usuarios, particularmente aquellos relacionados con el contenido sobre el TDAH, se encontraban siendo diagnosticados por profesionales médicos después de consumir videos sobre síntomas. Pero, incluso en esta conciencia recién adquirida sobre el trastorno, surgían temores de información médica errónea, ya que TikTok aceptaba publicidad de startups de salud mental con fines de lucro.

La historia de TikTok, con sus luces parpadeantes y sombras persistentes, se desenvolvía con la preocupación de los expertos, la curiosidad de la juventud y la incertidumbre del futuro digital. La narrativa de esta plataforma aún estaba en construcción, y solo el tiempo revelaría la magnitud de su impacto en mentes que van al ritmo de su algoritmo.

Pero no todo es malo solo es cuestión de moderarse. En el fascinante mundo de los retos virales, demostrando que nuestra mente es un terreno de juego no solo para la percepción visual, sino también para la auditiva. Revela cómo la vista y el oído son cómplices en desafíos que despiertan nuestra agilidad mental y capacidad de interpretación.

Los retos que circulan en plataformas como TikTok, donde la creatividad y la originalidad encuentran su espacio. La atención se dirige hacia un reto específico, desafiando a los participantes a descifrar una cita en inglés. La premisa es clara: ¿Qué escuchas?

El reto consiste en escuchar un audio donde la gente grita al unísono en un estadio y adivinar lo que dicen realmente. Las opciones presentadas para resolver el enigma son un laberinto de posibilidades, *"junto a un listado de **ocho respuestas posibles** en y la cara casi inamovible de un chico que mira fijamente a la cámara. Estas son las posibles opciones:*

- *Bart Simpson bouncing*
- *Rotating pirate ship*
- *That isn't my receipt*
- *Lobsters in motion*
- *That is embarrassing*
- *Lactates in Pharmacy*
- *Baptism piracy*
- *That isn't mercy"* (El Confidencial, 2023) (@mindset.vibrations, s.f.)

Aquí, la mente se enfrenta a una sinfonía de sonidos confusos, poniendo a prueba la capacidad auditiva y la interpretación lingüística.

La participación de los usuarios agrega una capa de diversidad, algunos respondiendo con certeza, otros adoptando un enfoque humorístico al admitir que no hablan inglés o proponiendo interpretaciones alternativas. Este intercambio refleja la riqueza de perspectivas y experiencias presentes en la comunidad digital.



Al señalar que el sonido es "bastante confuso", subraya la complejidad del desafío auditivo. Aquí, la mente no solo se enfrenta a una pregunta, sino a la ambigüedad del estímulo sensorial. Este desafío no solo busca una respuesta correcta, sino que invita a los participantes a explorar la subjetividad de la percepción auditiva.

Volviendo a la experiencia de la realidad, el misterio persiste, con millones de visualizaciones y una comunidad en línea que sigue debatiendo la respuesta correcta. Este relato no solo nos habla de retos virales, sino que nos recuerda la intrincada relación entre nuestros sentidos, la interpretación del lenguaje y la diversidad de experiencias en el vasto mundo digital.

Otro ejemplo de estos fenómenos de la percepción y razonamiento que se ven en el Tiktok, el de Karin Gendi (El Confidencial, 2021), quien propone un acertijo a unos amigos ingenieros. La esencia del enigma radica en transformar dos cifras "100" (100 100) en "200" utilizando solo una línea. Este simple desafío visual se convierte en un ejercicio mental que explora la creatividad y el razonamiento.

Las estrategias utilizadas por los participantes para resolver el acertijo. Uno de los jóvenes intenta superponer los números, una aproximación que resulta infructuosa. Aquí, la percepción visual y la interpretación inicial llevan a una solución incorrecta.

Gendi, la creadora del acertijo, juega con la mente de los participantes al insistir en que la solución no es la esperada. Esto agrega una capa de intriga y desafío, estimulando el pensamiento crítico y la perseverancia.

La solución revela la inteligente utilización de la fonética para transformar visualmente los números en palabras. El participante finalmente traza una línea en el "1" superior, convirtiéndolo en una "T". La secuencia resultante de “100 100”, es "T00 100", se pronuncia de manera similar a "two hundred" en inglés, dando como resultado la respuesta deseada (Gendi, 2021).

Este acertijo resalta la flexibilidad del razonamiento humano y cómo la interpretación fonética puede desbloquear soluciones creativas. También subraya la importancia de mirar más allá de la percepción visual inmediata y explorar diferentes perspectivas para resolver problemas.

En la actualidad estamos viviendo grandes avances tecnológicos cada dia estamos mas conectados a los equipos de cimuro al grado que pococ a poco estamos viviendo gran parte de nuestra vida en frente de una pantalla, vemos el mundo a través de ella si necesidad de movernos de nuestro asiento, incluso cuando viajamos vivimo la realidad pero los equipos móviles nos permiten ver contenido digital cuando nos movemos, nuestro ojos y nuestro oídos están al pendiente de las notificaciones de nuestros aparato electrónicos, incluso pagamos servicios que nos mantienen cada vez mas conectados y co màs contenido que ni siquiera tenemos tiempo de ver todo lo que pagamos, solo vemos y

consumimos las recomendaciones, lo más llamativo o lo que es tendencia y dejamos de lado la autenticidad, nos volvemos esclavos de la era digital, con la nuevas inteligencias artificiales que en la actualidad apenas comienzan, aun asi su impacto es profundo en la sociedad por que nos mantienen conectados ya que saben nuestros gustos, tendencias y consumo, de modo que ponen en nuestro equipos móviles y ordenadores lo que más anelamos tener o vivir, a través de contenido digital pero nada de eso es real ni siqueiera los 50,000 amigos o más que puedas en redes sociales es irreal, ni siquiera conoces realmente quienes son y asi las personas pasan a ser avatares frente a tu pantalla, solo simples likes y una cantidad de comentarios que apenas les puedes prestar atención, solo son personas viviendo sueños en frente de una pantalla da igual de que qtamaño sea.

En la era digital actual, la idea de vivir en una realidad virtual (RV) ha pasado de ser una fantasía de ciencia ficción a una posibilidad cada vez más tangible. Con el avance de la tecnología y el desarrollo de dispositivos de realidad virtual cada vez más sofisticados, surge la pregunta: ¿cuáles son los beneficios y las desventajas de vivir en una realidad virtual?

Beneficios de la Realidad Virtual:

1. **Experiencias Inmersivas:** Una de las principales ventajas de la realidad virtual es su capacidad para sumergir a los usuarios en entornos completamente nuevos y emocionantes. Desde explorar mundos virtuales hasta participar en actividades extremas, la RV ofrece experiencias inmersivas que pueden ser emocionantes y educativas.
2. **Acceso a la Educación y la Formación:** La realidad virtual tiene el potencial de revolucionar la educación y la formación al proporcionar entornos de aprendizaje interactivos y realistas. Los estudiantes pueden realizar simulaciones prácticas, como prácticas médicas o entrenamiento en habilidades técnicas, en un entorno virtual seguro y controlado.
3. **Conectividad Global:** La RV puede eliminar las barreras geográficas al permitir que las personas se conecten y comuniquen entre sí en entornos virtuales compartidos. Esto puede ser especialmente beneficioso para personas que viven en áreas remotas o que tienen dificultades para viajar, ya que les brinda la oportunidad de interactuar con otros sin salir de sus hogares.
4. **Entretenimiento Personalizado:** La RV ofrece una amplia gama de opciones de entretenimiento personalizado, desde juegos inmersivos hasta experiencias cinematográficas envolventes. Los usuarios pueden personalizar sus experiencias según sus intereses y preferencias, lo que les permite disfrutar de contenido adaptado a sus gustos individuales.

Desventajas de la Realidad Virtual:

1. **Aislamiento Social:** Una de las preocupaciones más comunes sobre la realidad virtual es su potencial para crear aislamiento social. Pasar largos períodos de tiempo en entornos



virtuales puede llevar a una desconexión de la realidad y dificultar las interacciones sociales cara a cara.

2. **Problemas de Salud:** El uso prolongado de dispositivos de realidad virtual puede provocar una variedad de problemas de salud, como fatiga ocular, mareos y dolores de cabeza. Además, la falta de movimiento físico mientras se está inmerso en un entorno virtual puede contribuir a un estilo de vida sedentario y problemas de salud asociados.
3. **Adicción:** Existe el riesgo de que algunas personas desarrollen una adicción a la realidad virtual, similar a la adicción a los videojuegos. La facilidad de escapar de la realidad y sumergirse en un mundo virtual puede llevar a un comportamiento compulsivo y problemas de control de los impulsos.
4. **Costo y Accesibilidad:** A pesar de los avances en la tecnología de realidad virtual, los dispositivos y equipos necesarios para disfrutar plenamente de la RV pueden ser costosos y no accesibles para todos. Esto puede crear una brecha digital entre aquellos que pueden permitirse la tecnología y aquellos que no pueden, exacerbando las desigualdades socioeconómicas.

La realidad virtual ofrece una serie de beneficios potenciales, desde experiencias inmersivas hasta oportunidades educativas y de entretenimiento. Sin embargo, también plantea desafíos y preocupaciones importantes, como el aislamiento social, los problemas de salud y la accesibilidad. Como con cualquier avance tecnológico, es importante considerar cuidadosamente los aspectos positivos y negativos de la realidad virtual y encontrar un equilibrio que permita aprovechar al máximo sus beneficios mientras se abordan sus desafíos.

Te recomiendo una película llamada "Ready Player One", la exitosa película dirigida por Steven Spielberg y basada en la novela homónima de Ernest Cline.

La trama se centra en James Halliday, el excéntrico creador de OASIS, una simulación virtual masiva a la que toda la sociedad está conectada en el futuro cercano. Después de su muerte, Halliday establece una competición para controlar OASIS, en la que los participantes deben interiorizar su propio aprendizaje vital y las lecciones que otros pueden extraer de él.

A lo largo de la historia, los personajes principales, Wade Watts (también conocido como Parzival) y Samantha Cook (o Art3mis), se enfrentan a desafíos que les exigen aprender de los errores de los demás, demostrando así una gran inteligencia y habilidad deductiva. Una de las enseñanzas más importantes que emergen durante el proceso es la revelación de Halliday sobre su motivación para crear OASIS: "Creé OASIS porque nunca me sentí a gusto en el mundo real. No conectaba bien con la gente".

Esta frase resume una verdad universal sobre la naturaleza humana: la necesidad de conexión y pertenencia. Halliday encontró en el mundo virtual un refugio donde podía ser él mismo y relacionarse con los demás de una manera que le resultaba difícil en el mundo real. Esta revelación no solo arroja luz sobre la motivación detrás de la creación de OASIS,

sino que también proporciona una reflexión sobre la importancia de la autenticidad y la conexión interpersonal en nuestras vidas.

"Ready Player One" no solo es una emocionante aventura llena de referencias culturales, sino también una historia que nos invita a reflexionar sobre la naturaleza humana, la búsqueda de significado y la importancia de la conexión emocional en un mundo cada vez más tecnológico.

"Tuve miedo durante toda la vida. Hasta el momento en que supe que llegaba a su fin. Fue entonces cuando me di cuenta de que, ***por muy aterradora y dolorosa que pueda ser, también es el único lugar donde se puede conseguir una comida decente. Porque la realidad es real****. ¿Entiendes?"*

Ready Player One (Cline, 2011) (Spielberg, 2018)

En los últimos años, el concepto de metaverso ha captado la atención del mundo, prometiendo una revolución en la forma en que interactuamos con la tecnología. Sin embargo, a pesar de las ambiciosas promesas, el metaverso parece estar enfrentando una serie de desafíos que plantean dudas sobre su realización y éxito.

El metaverso, en esencia, es una red de entornos virtuales siempre activos a los que las personas acceden mediante dispositivos como gafas de realidad virtual o aumentada, permitiéndoles interactuar social y económicamente como avatares. Aunque la idea es emocionante, la falta de familiaridad y comprensión del metaverso por parte de la mayoría de la sociedad, junto con la necesidad de dispositivos especializados y de alta gama, limita su accesibilidad.

Una de las principales barreras para la adopción generalizada del metaverso es la preocupación por la privacidad y la seguridad en estos entornos digitales. Aunque se han implementado medidas de protección, como marcos legislativos y garantías de seguridad, el escepticismo persiste entre empresas y usuarios finales.

A pesar de estos desafíos, el potencial de mercado del metaverso ha atraído la atención de empresas líderes en tecnología, como Microsoft, Google y Facebook (ahora Meta). Estas compañías están invirtiendo considerablemente en tecnologías de realidad virtual y aumentada, así como en infraestructura de conectividad ultrarrápida.

Sin embargo, construir un metaverso funcional y ampliamente adoptado requiere tecnologías avanzadas y enormes inversiones financieras. Aspectos clave que deben abordarse incluyen la latencia y la conexión, la calidad gráfica, y la interacción natural. Mejorar estos elementos es esencial para aumentar la inmersión y autenticidad del metaverso.

En cuanto a las perspectivas futuras, hay opiniones divergentes sobre el potencial del metaverso. Algunos expertos creen que el metaverso será adoptado ampliamente y funcionará bien para cientos de millones de personas en todo el mundo para 2040, mientras que otros son más escépticos. El progreso del metaverso dependerá en gran medida de los avances tecnológicos y de la capacidad para abordar preocupaciones como la privacidad y la seguridad.

El cosmos

A lo largo de la existencia humana, el ser humano ha realizado descubrimientos y exploraciones significativas tanto en el cosmos como en la comprensión de lo divino. Algunos de estos logros incluyen:

Descubrimientos en el cosmos:

1. **Exploración espacial:** Desde el lanzamiento del Sputnik en 1957 hasta misiones más recientes a Marte y más allá, la humanidad ha enviado naves espaciales y sondas a varios planetas y otros cuerpos celestes. Estas misiones nos han proporcionado información sobre la geología, la atmósfera y las posibilidades de vida en otros mundos.
2. **Avances en astronomía:** Con telescopios avanzados en tierra y en el espacio, se han descubierto exoplanetas (planetas fuera de nuestro sistema solar), agujeros negros, la expansión del universo y datos valiosos sobre la edad y la composición del cosmos.



Comprensión de lo divino:

1. **Filosofía y teología:** A lo largo de la historia, la humanidad ha explorado y reflexionado sobre la existencia de D-os, el propósito de la vida y las cuestiones metafísicas a través de diversas tradiciones religiosas y filosofías.
2. **Avances científicos y religiosos:** En el campo de la teología y la espiritualidad, ha habido intentos de comprender la naturaleza de D-os y su relación con el universo, integrando descubrimientos científicos con creencias religiosas.

Intersección de la ciencia y la espiritualidad:

1. **Cosmovisión y espiritualidad:** Algunas corrientes de pensamiento han intentado encontrar un equilibrio entre la ciencia y la espiritualidad, explorando conceptos

como la conciencia, la física cuántica y la teoría de la relatividad para comprender una realidad más amplia y una conexión entre la materia y la conciencia.

2. **Búsqueda de significado:** Muchos científicos y filósofos han buscado comprender la existencia humana dentro del cosmos, explorando preguntas sobre el significado y el propósito de la vida, la ética y la moral, así como la relación entre la humanidad y un ser divino.

Estos logros han desempeñado un papel fundamental en nuestra comprensión del cosmos y en la exploración de lo divino, influyendo tanto en el pensamiento científico como en la búsqueda de significado espiritual en la existencia humana.

¿Qué tan lejos hemos visto del Universo tanto a nuestro alrededor como lo subatómico?

Hasta la fecha, la humanidad ha explorado y observado el universo a escalas extremadamente grandes y pequeñas, aunque los límites precisos de ambas escalas están en constante revisión con el desarrollo tecnológico y científico. Aquí hay un resumen general:

Escala cósmica:

1. **Astronomía y observación espacial:** Hemos observado galaxias, estrellas, nebulosas y otros objetos celestes a distancias increíbles. El telescopio espacial Hubble, por ejemplo, ha capturado imágenes de galaxias a miles de millones de años luz de la Tierra. Las sondas espaciales, como Voyager 1, han dejado nuestro sistema solar y han proporcionado información sobre el espacio interestelar.
2. **Cosmic Microwave Background (Fondo Cósmico de Microondas):** Esta radiación se origina en los primeros instantes del universo, poco después del Big Bang, y es uno de los recursos más antiguos y distantes que los científicos han podido observar.



Escala subatómica:

1. **Física de partículas:** Los experimentos en aceleradores de partículas, como el Gran Colisionador de Hadrones (LHC), han permitido observar partículas subatómicas, como quarks, electrones, neutrinos y bosones. La energía liberada en estas colisiones proporciona información sobre las condiciones extremas poco después del Big Bang.
2. **Microscopía avanzada:** Los avances en microscopía han permitido a los científicos observar y manipular átomos y moléculas a escalas mucho más pequeñas. La microscopía de fuerza atómica y la microscopía electrónica de barrido son ejemplos de tecnologías que permiten visualizar estructuras a nivel atómico y molecular.

Límites actuales:

- **Horizonte observable:** A pesar de los grandes avances, el universo observable está limitado por la distancia que la luz ha tenido tiempo de viajar desde el Big Bang (aproximadamente 13.800 millones de años). Más allá de este horizonte observable, la luz no ha tenido suficiente tiempo para alcanzarnos, lo que nos limita en lo que podemos observar directamente.
- **Escala de Planck:** La física en la escala de Planck, que es extremadamente pequeña (10^-35 metros), es tan diminuta que nuestra capacidad tecnológica y conceptual aún no puede explorarla directamente. A esa escala, las leyes de la física conocidas pueden no aplicarse.

En resumen, hemos logrado explorar y observar una gran parte del universo en una amplia gama de escalas, desde lo más lejano hasta lo más pequeño, pero los límites de observación siguen siendo desafiantes, ya sea por limitaciones tecnológicas o por barreras fundamentales en nuestra comprensión actual de la física y el cosmos.

Nuestro estado de conciencia cotidiano, basado en la percepción de nuestros cinco sentidos, es limitado y rudimentario. Se plantea la idea de que hay más acontecimientos y dimensiones en nuestro entorno de lo que podemos captar directamente con nuestros sentidos físicos. La referencia a la Kabbalah sugiere una perspectiva espiritual y metafísica.

La Kabbalah afirma de que solo percibimos el 1% de lo que está ocurriendo a nuestro alrededor implica que existe una realidad más profunda o expansiva que escapa a nuestra percepción inmediata. Este enfoque concuerda con conceptos de diversas filosofías y tradiciones espirituales que sostienen que hay niveles de realidad más allá de lo que experimentamos a través de nuestros sentidos físicos.

Desde una perspectiva científica, la idea de que solo percibimos el 1% podría compararse con nociones de la física cuántica o la teoría de cuerdas, donde se sugiere que la realidad es mucho más compleja y multidimensional de lo que percibimos con nuestros sentidos. Coincide mucho con la aproximación científica que es 5% del universo lo que se conoce (NASA, 2023).

La realidad va más allá de la percepción sensorial convencional y sugiere la existencia de dimensiones y realidades adicionales que podrían estar relacionadas con conceptos espirituales, metafísicos o científicos más avanzados.

¿Qué más hemos descubierto?

La gravedad es una de las fuerzas fundamentales del universo, responsable de la atracción entre masas. Según la teoría de la relatividad general de Einstein, la gravedad es la manifestación de la curvatura del espacio-tiempo causada por la presencia de masa y energía. Esto significa que los objetos masivos causan una curvatura en el tejido del espacio-tiempo, lo que influye en el movimiento de otros objetos cercanos.

Algunos efectos notables de la gravedad en objetos masivos incluyen:

1. **Atracción entre masas:** La gravedad atrae objetos con masa entre sí. Por ejemplo, la Tierra atrae a los objetos hacia su centro debido a su gravedad.
2. **Órbitas planetarias:** La gravedad mantiene a los planetas en órbita alrededor del Sol y a las lunas alrededor de sus planetas. Esta atracción gravitatoria es lo que mantiene estos cuerpos celestes en movimiento orbital.
3. **Agujeros negros:** Cuando una estrella masiva colapsa bajo su propia gravedad, puede formar un agujero negro, un objeto extremadamente denso con una gravedad tan fuerte que ni siquiera la luz puede escapar de su atracción.

4. **Lentes gravitacionales:** Los objetos masivos pueden curvar la luz que pasa cerca de ellos, actuando como lentes cósmicas. Esto puede resultar en la ampliación o distorsión de la luz de objetos más distantes, lo que permite a los astrónomos estudiar y observar áreas del universo distantes.
5. **Reloj atómico y dilatación del tiempo:** La gravedad afecta el tiempo. En campos gravitatorios más intensos (como cerca de un agujero negro), el tiempo transcurre más lentamente en comparación con regiones menos gravitatorias.

La gravedad es una fuerza fundamental que desempeña un papel crítico en la estructura del universo y en la manera en que interactúan los objetos masivos. Su comprensión ha sido crucial para el avance de la astronomía y la física moderna.

Los agujeros negros son el resultado de una catastrófica implosión gravitatoria que ocurre cuando una estrella masiva se queda sin combustible nuclear y colapsa. La gravedad de esta estrella masiva colapsada es tan intensa que comprime toda su masa en un punto infinitesimal, creando una región de densidad infinita y una fuerte curvatura del espacio-tiempo, lo que se conoce como singularidad.

Las estrellas masivas, al llegar al final de su vida, pueden experimentar dos caminos principales:

1. **Supernova:** Algunas estrellas masivas explotan en supernovas, expulsando gran parte de su masa al espacio y dejando atrás una estrella de neutrones. Estas estrellas de neutrones son objetos increíblemente densos con una fuerte gravedad, pero no han colapsado lo suficiente para formar un agujero negro.
2. **Formación de agujeros negros:** Si la estrella masiva es lo suficientemente grande, su colapso gravitacional puede superar la presión de degeneración generada por la materia, colapsando en un punto de densidad infinita, una singularidad. Esta región masiva y densa se encuentra dentro del horizonte de sucesos, el punto del cual ni la luz puede escapar debido a la gravedad extrema. Esto crea lo que se conoce como un agujero negro.

Los agujeros negros pueden variar en tamaño, desde agujeros negros estelares (formados por el colapso de estrellas masivas) hasta agujeros negros supermasivos, millones o incluso miles de millones de veces más masivos que nuestro Sol, que residen en el centro de las galaxias, incluyendo la Vía Láctea.

Estudiar los agujeros negros y su comportamiento ha sido un área de interés importante en la astronomía y la física, y ha llevado a descubrimientos significativos en nuestra comprensión del universo.

Los agujeros negros son entidades fascinantes en la física, ya que se consideran una combinación entre la gravedad clásica y la mecánica cuántica. La teoría de la relatividad general de Einstein describe la gravedad de manera fenomenal a escalas cosmológicas,



pero no puede explicar fenómenos a nivel cuántico o en las cercanías de un agujero negro. Aquí es donde surgen las teorías y conceptos relacionados con la física cuántica y la teoría de cuerdas.

1. **Efectos cuánticos en agujeros negros:** Los agujeros negros plantean desafíos importantes en la física, como la paradoja de la pérdida de información, que cuestiona la conservación de la información cuántica en la evaporación de un agujero negro. Las observaciones de Hawking sobre la radiación de agujeros negros sugieren que emiten radiación térmica, lo que implica que eventualmente podrían evaporarse. Estos fenómenos desafían las leyes de conservación de la mecánica cuántica.
2. **Teoría M y teoría de cuerdas:** La teoría de cuerdas y su versión más amplia, la teoría M, buscan explicar y unificar todas las fuerzas fundamentales de la naturaleza. En la teoría de cuerdas, se propone que las partículas subatómicas son en realidad cuerdas unidimensionales vibrantes. Estas teorías buscan reconciliar la gravedad con las otras fuerzas fundamentales (fuerza electromagnética, fuerza nuclear fuerte y débil) y, en teoría, podrían ofrecer una descripción unificada de las interacciones físicas.
3. **Dimensiones:** La teoría de cuerdas requiere la existencia de más dimensiones que las tres espaciales y una dimensión temporal que observamos en nuestro universo cotidiano. Estas dimensiones adicionales, si existen, podrían ser compactas y no observables a escalas normales. Sin embargo, son esenciales en la teoría de cuerdas para que las cuerdas vibren de ciertas maneras y produzcan partículas conocidas.

Había hace muchos años un aura de misterio y asombro que envolvía los escritos perdidos de Ramanujan (MathRocks, 2023) (MATEMOLIVARES, 2019) (Rue Perna, 2017) (Función holomorfa, 2023) un gran matemático hindú, que fue muy menospreciado en sus tiempos, pero sus descubrimientos eran sorprendentes, el vivió sin embargo una vida muy sencilla pero cada ecuación y teoría que creo eran una joya matemática, la mejor de sus joyas se resguardada en las páginas de su cuaderno olvidado. Un matemático intrépido llamado George Andrews descubrió este tesoro escondido en el Trinity College en 1976, desenterrando un legado que cambiaría la comprensión del universo.

En las páginas de ese cuaderno, Ramanujan dejó un rastro de fórmulas matemáticas que desafiaban la lógica y la comprensión convencional. Eran más de seiscientas fórmulas, cada una como una puerta hacia un reino desconocido de la matemática. Entre ellas, destacaban las funciones Zeta simuladas, un conjunto de funciones holomorfas que se convertirían en la clave para desentrañar los secretos de los agujeros negros.

Imagina que las funciones holomorfas son como recetas matemáticas especiales que funcionan en el mundo de los números complejos. Los números complejos son como parejas de números, como un equipo. Entonces, estas recetas especiales, son como máquinas mágicas que pueden operar con estos equipos de números de una manera especial.



Para que una función sea holomorfa en un punto, no solo tiene que ser "diferenciable" en ese punto (como cuando puedes encontrar la pendiente de una línea en matemáticas simples), sino que tiene que ser diferenciable en todos los puntos cercanos. Es como decir que no solo puedes entender cómo funciona una máquina en un lugar, sino que debes entenderla en todos los lugares cercanos también.

Imagina que esta máquina mágica puede hacer cosas increíbles y suavemente cambia de un número a otro sin problemas, como si fuera muy flexible. Esto significa que la función no solo puede ser diferenciable una vez, sino muchas veces, ¡infinitas veces de hecho! Y, como un toque especial, puedes describir cómo funciona esta máquina mágica usando algo llamado "serie de Taylor", que es como una fórmula mágica que revela todos los secretos de la máquina.

Cuando decimos que una función es holomorfa en todas partes en su territorio, ¡significa que esta máquina mágica funciona sin problemas y es suave en todos los lugares posibles!

Dichas funciones son como recetas matemáticas especiales que son muy suaves y flexibles, y puedes entenderlas en todos los lugares cercanos. ¡Es como magia matemática en el mundo de los números complejos!

En el viaje a través del Cosmos, donde la física cósmica y la matemática pura se entrelazan, Ramanujan se convierte en el guía de esta odisea del conocimiento. Sus fórmulas, aparentemente abstractas, se vuelven los cimientos para entender la entropía de los agujeros negros. La conexión entre las funciones teta simuladas y la información oculta más allá del horizonte de eventos se revela como un enigma fascinante.

El horizonte de eventos de un agujero negro es una frontera imaginaria en el espacio que marca el punto de no retorno para cualquier objeto o luz que se acerca al agujero negro. Una vez que un objeto cruza este horizonte, ya no puede escapar y está destinado a caer hacia el agujero negro.

Podemos visualizarlo de la siguiente manera: imagina que estás parado cerca de un agujero negro, y frente a ti hay una línea imaginaria llamada horizonte de eventos. Si te acercas al agujero negro y cruzas esta línea, ya no hay vuelta atrás. La gravedad del agujero negro es tan intensa en este punto que ni siquiera la luz puede escapar, lo que lo hace invisible desde el exterior.

Representa un límite en nuestro conocimiento y comprensión del agujero negro. Más allá de este horizonte, la información y la luz se pierden para los observadores externos, y el destino de lo que ocurre dentro del agujero negro se vuelve un misterio profundo y enigmático.

Una barrera crucial en la teoría de los agujeros negros, marcando el punto donde la influencia gravitatoria es tan fuerte que nada puede escapar, llevándonos a explorar los límites de nuestro entendimiento del cosmos.

Así, en el legado perdido de Ramanujan, se descubre un puente entre la mente prodigiosa de este matemático y las maravillas del universo. Sus fórmulas, escritas en un lecho de muerte, se convierten en la llave para comprender la naturaleza de los agujeros negros, esos misteriosos fenómenos cósmicos que desafían los límites de la comprensión humana.

A medida que los matemáticos desentrañan las demostraciones y aplicaciones de las funciones Zeta simuladas, se revela un panorama sorprendente. Estas fórmulas, que parecían surgir de la mente de Ramanujan sin método aparente, encuentran su lugar en la teoría de cuerdas y en la comprensión de las simetrías internas del universo.

Así, el legado de Ramanujan, desde sus fórmulas desconcertantes hasta las funciones teta simuladas, se convierte en un faro de luz matemática que ilumina nuevos caminos en la física teórica y la cosmología. Su cuaderno perdido, rescatado del olvido, se erige como un monumento a la genialidad y la conexión profunda entre las matemáticas y el universo. En este viaje a través del conocimiento, Ramanujan se erige como un guía visionario, llevando a la humanidad más allá de las estrellas y hacia las profundidades del intelecto humano.

El estudio de la física cuántica y las teorías unificadoras, como la teoría de cuerdas y la teoría M, ofrece un marco conceptual para comprender fenómenos complejos como la naturaleza de los agujeros negros, los desafíos en la física cuántica y la estructura del universo en niveles fundamentales.

Se parte de la noción de dimensiones, comenzando con la dimensión cero y avanzando hasta la tercera dimensión, que es donde vivimos, explicando cómo cada adición de una dimensión representa un aumento en el grado de libertad del espacio-tiempo.

La teoría de cuerdas y la teoría M unifica las 5 teorías de cuerdas que existen, que se refiere a la adición de dimensiones más allá de las tres espaciales y una temporal. En particular, se mencionan dimensiones superiores, como la quinta, sexta, séptima, octava y novena dimensiones, que se relacionan con conceptos complejos de la teoría de cuerdas.

La necesidad de la undécima dimensión, que es fundamental en la teoría de cuerdas. En la undécima dimensión, se compactan todos los universos de nueve dimensiones, y esto es crucial para el marco teórico de la teoría de cuerdas. La teoría de cuerdas propone que la materia está hecha de cuerdas unidimensionales que vibran de diferentes maneras, lo que da lugar a diferentes partículas. La forma en que estas cuerdas se desplazan en un espacio undecadimensional ayuda a comprender cómo funcionan las fuerzas fundamentales del universo y cómo se relacionan con la gravedad. La undécima dimensión sirve como un ancla que permite que las cuerdas se desplacen en un espacio de 0 a 10 dimensiones, lo



que se relaciona con las branas (membranas) y la existencia de una amplia gama de universos posibles con cuerdas de formas diferentes.

A continuación te relatare algo muy interesante pero primero debo explicarte de cómo funciona el tiempo tal como lo percibimos, en esta realidad, en términos simples, la idea es que el tiempo y el espacio son formas en las que nosotros, como seres humanos, entendemos y percibimos la realidad. Sin embargo, la realidad en sí misma no está limitada por nuestras formas de entenderla.

Cuando hablamos de pasado, presente y futuro, estas son maneras de organizar y comprender el tiempo, pero no son inherentemente parte de la realidad. Por ejemplo, el "presente" es muy breve y todo lo que experimentamos como presente rápidamente se convierte en pasado. Además, hay culturas que ni siquiera tienen una palabra para el pasado.

En cuanto al futuro, es algo que imaginamos que sucederá, pero no podemos determinar con certeza. Dada la incertidumbre del futuro, se plantea la pregunta de si realmente tiene sentido preocuparse por ello.

Además, nuestra memoria es selectiva, ya que tiene la difícil tarea de almacenar una gran cantidad de información. Dado que todo está en constante cambio, la limitación de nuestra capacidad para comprender plenamente el mundo se vuelve evidente.

Ahora te daré una breve explicación de las dimensiones y su conexión con la teoría de cuerdas y la teoría M (Bertran, Pol Bertran, 2021), destacando la importancia de la undécima dimensión en el marco teórico de la teoría de cuerdas:

1. **Dimensión Cero**: Se refiere a un punto sin desplazamiento en ninguna dirección, sin longitud, altura, anchura ni tiempo. Es la ausencia total de libertad de movimiento. Se agrega un grado de libertad para pasar a la siguiente dimensión.
2. **Primera Dimensión (Longitud)**: Es una línea unidimensional, con longitud pero sin altura ni anchura. Añade un grado de libertad al punto (dimensión cero).
3. **Segunda Dimensión (Anchura)**: Se forma al añadir una línea espacial a la primera dimensión, lo que da lugar a un plano con longitud y anchura, pero sin altura. No se puede mover hacia arriba o hacia abajo en este plano.
4. **Tercera Dimensión (Altura)**: Agrega la altura al plano bidimensional, permitiendo el movimiento en tres direcciones: izquierda-derecha, adelante-atrás y arriba-abajo. Es la dimensión en la que vivimos.
5. **Cuarta Dimensión (Tiempo)**: Esta dimensión es temporal y se relaciona con la teoría de la relatividad de Einstein. Se añade un grado de libertad en el tiempo, donde se considera el pasado, presente y futuro como una dimensión más.
6. **Quinta Dimensión**: Aquí el tiempo deja de ser una línea y se convierte en un plano temporal. Se puede acceder a todas las posibilidades temporales y físicas simultáneamente.



7. **Sexta Dimensión**: Agrega una dimensión temporal más, permitiendo vivir diferentes momentos simultáneamente. Por ejemplo, estar en diferentes lugares al mismo tiempo.

0D 1D 2D 3D

3D comprimida 4D 5D 6D

6D comprimida 7D 8D 9D

9D comprimida = 10D 11D

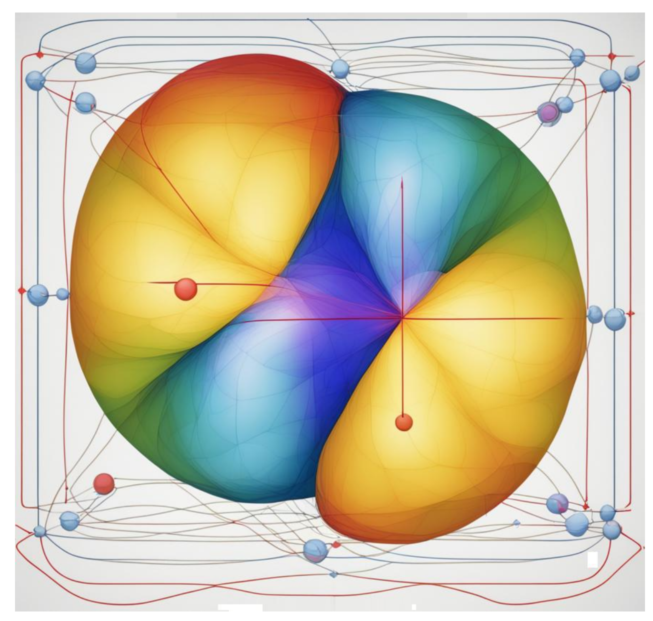
Las dimensiones de la Teoría M

8. **Séptima Dimensión**: Se compactan los universos de seis dimensiones en un punto, y se forma una línea entre dos puntos con infinitos universos de seis dimensiones entre ellos.



9. **Octava Dimensión**: Convierte esa línea de la séptima dimensión en un plano espacio-temporal que contiene todas las combinaciones posibles de universos de siete dimensiones.
10. **Novena Dimensión**: Se agrega un espacio tridimensional a una realidad octa-dimensional. Un ser de nueve dimensiones experimentaría todas las posibilidades dentro de esta realidad.
11. **Décima Dimensión**: Es un espacio donde se compactan todos los universos de nueve dimensiones con todas sus posibilidades físicas y temporales. Es fundamental para la teoría de cuerdas.
12. **Undécima Dimensión**: Se forma una dimensión adicional que sirve como ancla para las cuerdas, donde existen infinitos tipos de universos y branas (membranas) con formas de cuerdas diferentes.

Se plantea la idea de universos posibles enrollados con el nuestro en la undécima dimensión, estimando la existencia de una gran cantidad de universos posibles (10^500) coexistiendo al mismo tiempo con todas sus posibilidades (Bertran, Pol Bertran, 2021).



Una partícula viajando en un espacio de 11 dimensiones hipotéticamente

¿Por qué la teoría de cuerdas requiere estas dimensiones?

Un grupo de Lie es un concepto matemático fundamental en el ámbito de la teoría de grupos y la geometría diferencial. Fue introducido por el matemático noruego Sophus Lie a finales del siglo XIX. Estos grupos tienen aplicaciones extensas en física teórica, especialmente en la teoría de cuerdas, la mecánica cuántica y la teoría de campos.

En esencia, un grupo de Lie es un conjunto con una estructura algebraica y diferenciable. Aquí hay algunos elementos clave:

¿Qué es un grupo matemático?

- En matemáticas, un grupo es un conjunto con una operación Binaria (como la multiplicación o adición) que satisface ciertas propiedades.
- Debe ser cerrado, es decir, la operación combinada de dos elementos en el grupo da como resultado otro elemento del mismo grupo.
- Debe tener un elemento neutro: un elemento que, combinado con cualquier otro, no cambia ese otro elemento.
- Cada elemento debe tener un inverso, es decir, un elemento tal que, combinado con el elemento original, dé como resultado el elemento neutro.

¿Qué es Grupo de Lie?

- Un grupo de Lie es un grupo que es también una variedad diferenciable, lo que significa que tiene una estructura suave y continua.
- En un grupo de Lie, la operación que combina dos elementos es diferenciable. Esto implica que las transformaciones que realiza el grupo pueden ser descritas por funciones continuas y diferenciables.
- Los grupos de Lie son importantes en la física teórica porque capturan simetrías fundamentales en las teorías físicas. Por ejemplo, las simetrías de la naturaleza, como las leyes de conservación en la mecánica cuántica, se describen a menudo mediante grupos de Lie.

No lo compliquemos más, imagina que son como bloques de arcilla:

Imagina que un grupo de Lie es como un juego de construcción muy especial. En este juego, hay bloques que se pueden unir de una manera muy suave y especial, como si estuvieran hechos de goma.

- **Los bloques:**
  Cada bloque en este juego es como un número o una acción matemática. Puedes sumar, restar o hacer otras operaciones matemáticas con estos bloques.
- **Las reglas especiales:**
  En este juego, no solo puedes hacer matemáticas normales, sino que también puedes "doblar" o "girar" tus bloques de una manera muy suave y bonita, como si fueran goma. Estos movimientos especiales tienen reglas matemáticas que los hacen suaves y no bruscos.
- **¡Haciendo figuras suaves!**
  Al unir estos bloques y moverlos suavemente, ¡puedes crear figuras matemáticas muy bonitas y suaves! Estas figuras nos ayudan a entender cómo funcionan las cosas en la naturaleza y en el universo, como cómo se mueven las partículas o cómo se comportan las ondas de luz.



Así que, un grupo de Lie es como un juego matemático especial que nos ayuda a entender cómo las cosas se unen y se mueven en el mundo de una manera suave y bonita

Imagina que SO(32) y E8 x E8 son como dos tipos de juguetes matemáticos muy especiales que nos ayudan a entender cómo se comportan las cosas en el mundo de la física.

1. **SO(32):**
    - Es como un conjunto de bloques mágicos que representan movimientos y giros en un espacio gigante con 32 dimensiones. ¡Sí, 32 dimensiones sería como tener muchas maneras diferentes de moverte y girar en un mundo súper grande!
    - En la teoría de cuerdas, es como usar estos bloques mágicos para entender cómo vibran las cuerdas y cómo funcionan las partículas y las fuerzas en el universo.
    - Cuando jugamos con estos bloques para entender cómo las partículas interactúan, usamos las reglas matemáticas especiales de este juego para describir estas interacciones.
2. **E8 x E8:**
    - Este es otro conjunto de bloques mágicos. En este caso, ¡tenemos dos grupos E8! Cada uno es como un grupo de movimientos y giros en un mundo matemático muy grande.
    - En la teoría de cuerdas, usamos estos bloques mágicos para estudiar diferentes formas en que las cuerdas pueden vibrar y cómo eso afecta a las partículas y fuerzas en el universo.
    - ¡Imagina que con estos dos conjuntos de bloques, podemos entender aún más cosas sobre las partículas y las reglas matemáticas que las hacen funcionar!

Así que, SO(32) y E8 x E8 son como juegos matemáticos especiales que nos ayudan a entender cómo las cosas se mueven y se comportan en el mundo de la física.

La teoría de cuerdas es un marco teórico en la física que propone que las partículas fundamentales (como electrones o quarks) no son puntos sin dimensión, sino cuerdas unidimensionales, que vibran a frecuencias diferentes. Estas vibraciones determinarían las propiedades de las partículas que observamos en el universo.

La teoría de cuerdas se desarrolla en un espacio-tiempo de diez dimensiones. Se habla de 11 dimensiones en algunas formulaciones que incluyen la teoría de supercuerdas. Aquí está la razón simple detrás de estas 11 dimensiones:

1. **Dimensiones espaciales y temporales:** En la física, normalmente se consideran 3 dimensiones espaciales (longitud, anchura, altura) y una dimensión temporal (tiempo). En total, serían 4 dimensiones que experimentamos en nuestra vida diaria (llamadas dimensiones de espacio-tiempo).



2. **Dimensiones adicionales en la teoría de cuerdas:** La teoría de cuerdas necesita dimensiones adicionales (más allá de las 4 conocidas) para funcionar matemáticamente y explicar fenómenos físicos.
3. **Teoría de supercuerdas:** En la teoría de supercuerdas, se propone la existencia de 11 dimensiones: 10 de espacio y 1 de tiempo. Esto surge para que las matemáticas de la teoría sean consistentes y para resolver ciertas inconsistencias de la física de partículas.

En cuanto a los tipos de cuerdas en la teoría de cuerdas, existen cinco versiones diferentes:

1. **Tipo I:** Incluye cuerdas abiertas y cerradas, que contienen tanto partículas con carga como sin carga.
2. **Tipo IIA:** Solo tiene cuerdas cerradas sin cuerdas abiertas. Esta versión es dual a la teoría heterótica SO(32).
3. **Tipo IIB:** También tiene solo cuerdas cerradas y es dual a la teoría heterótica E8 x E8.
4. **Heterótica SO(32):** Una versión de la teoría heterótica con simetría SO(32) que involucra cuerdas cerradas.
5. **Heterótica E8 x E8:** Otra versión de la teoría heterótica con simetría E8 x E8 que también incluye solo cuerdas cerradas.

Estas diferentes versiones surgen de los distintos enfoques matemáticos en la teoría de cuerdas, cada una con sus propias características y simetrías. Se postula que todas estas versiones son equivalentes, es decir, diferentes maneras de describir la misma teoría en diferentes condiciones o límites físicos.



El henderacto un cubo de 11 dimensiones (Tomruen, 2010)

La teoría heterótica es como un juego de rompecabezas muy especial que nos ayuda a entender cómo funcionan las cositas muy pequeñas que forman el mundo, como los juguetes más pequeños que usas para armar cosas.

Imagina que las cuerdas son como hilos muy finos que vibran, ¡igual que las cuerdas de una guitarra o un violín! Estos hilos vibran de maneras diferentes y eso les hace comportarse de maneras distintas, creando las cositas que forman todo lo que vemos.

La teoría heterótica es como un conjunto de reglas especiales que nos ayudan a entender cómo vibran estas cuerdas. ¡Es como un mapa mágico que nos muestra cómo estas



cuerdas vibran de diferentes formas para formar las cositas pequeñitas que vemos en el mundo!

Es como si tuvieras un montón de piezas de rompecabezas y la teoría heterótica es como las instrucciones para saber cómo encajar todas esas piezas juntas para entender cómo funciona todo en nuestro universo.

Entonces, la teoría heterótica y las cuerdas son como un gran juego de entender cómo vibran las cuerdas y cómo eso nos ayuda a entender el mundo y todo lo que nos rodea.

En 1915, Einstein revolucionó la física con la teoría de la relatividad general. Sin embargo, al llegar al nivel subatómico, la teoría no se sostenía. La mecánica cuántica planteó partículas subatómicas, pero no explicaba la gravedad.

Luego, en los años 60, la Teoría de Cuerdas surgió, postulando que las partículas subatómicas son en realidad cuerdas vibrantes de una sola dimensión en un espacio-tiempo de diez dimensiones. Esto resolvió el conflicto entre la relatividad y la mecánica cuántica.

Las cuerdas, en sus variadas vibraciones, pueden manifestarse como diferentes partículas subatómicas. Las cuerdas abiertas (hilo extendido) explican las fuerzas electromagnética, nuclear débil y fuerte, mientras que las cuerdas cerradas (anillos) podrían explicar la gravedad.



Ciu

Cuerdas abiertas Cuerda Cerrada

Esta teoría implica dimensiones adicionales que no podemos percibir directamente, lo que añade complejidad. La idea de diez dimensiones, con nuestras cuatro dimensiones



conocidas unidas a seis dimensiones ocultas, es desconcertante pero necesaria para la teoría de cuerdas.

Aunque desafiante y difícil de comprender, la teoría de cuerdas es un intento emocionante de unificar todas las fuerzas fundamentales y ofrece una perspectiva única para comprender la esencia misma del universo. (Bertran, Pol Bertran, 2021).

En la imaginación de que un creador divino fuera un ingeniero que diseñó el universo con las reglas de la teoría de cuerdas, podríamos explorar algunas posibles intenciones detrás de esa elección:

1. **Elegancia Matemática:** La teoría de cuerdas es conocida por su elegancia matemática y la búsqueda de una descripción unificada de las fuerzas fundamentales de la naturaleza. Un creador que valore la simplicidad y la belleza matemática podría haber elegido estas reglas como una forma de expresar esa estética en la estructura fundamental del universo.
2. **Complejidad y Variedad:** La teoría de cuerdas sugiere la existencia de múltiples dimensiones y patrones vibracionales complejos. Un creador que aprecie la diversidad y la complejidad podría haber diseñado un universo con reglas tan intrincadas para permitir una amplia gama de fenómenos y formas de vida.
3. **Unificación y Coherencia:** La teoría de cuerdas busca unificar las fuerzas fundamentales. Un creador que busque la coherencia y la armonía en su creación podría haber seleccionado estas reglas como un medio para unificar aspectos aparentemente dispares del universo.
4. **Desarrollo de la Vida Consciente:** Podría haber una intención de crear un universo con las condiciones adecuadas para el desarrollo de formas de vida consciente. La complejidad de la teoría de cuerdas podría ser parte del entorno propicio para el surgimiento de la conciencia.
5. **Exploración y Descubrimiento:** Un creador que valore la exploración y el descubrimiento podría haber diseñado un universo con reglas que desafíen a sus criaturas a desentrañar los misterios fundamentales de la realidad, fomentando así el aprendizaje y el crecimiento.
6. **Complejidad y Belleza:** La teoría de cuerdas es conocida por su elegancia matemática y complejidad. Un creador que valora la complejidad y la belleza podría haber elegido esta estructura como una forma de manifestar esas características en el tejido mismo del universo.





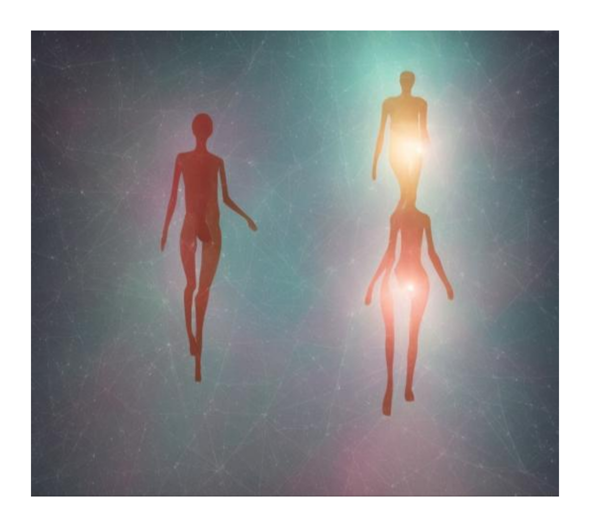
Imaginar seres vivos que perciban y viajen a través de 11 dimensiones es un ejercicio especulativo, ya que nuestra experiencia cotidiana está limitada a las tres dimensiones espaciales y la dimensión temporal. La teoría de cuerdas propone la existencia de 11 dimensiones, pero siete de ellas están "compactadas" en escalas muy pequeñas y no las percibimos directamente.

Si consideramos la posibilidad de seres vivos que interactúan con todas las dimensiones propuestas por la teoría de cuerdas, podríamos especular sobre sus características:

1. **Estructuras Cuánticas Complejas:** Estos seres podrían estar formados por estructuras fundamentales que se extienden a lo largo de las 11 dimensiones. En lugar de átomos y moléculas como los conocemos, podrían tener una complejidad cuántica mucho mayor.
2. **Percepción Multidimensional:** Si estos seres pudieran percibir todas las dimensiones, su experiencia sensorial sería significativamente más rica que la nuestra. Podrían detectar fenómenos y propiedades que están más allá de nuestra comprensión.
3. **Movimiento a Través de Dimensiones Adicionales:** Si fueran capaces de viajar a través de todas las dimensiones, podrían tener una movilidad que desafía nuestras nociones convencionales de espacio y tiempo. Podrían atravesar distancias aparentemente grandes en un espacio reducido debido a su acceso a dimensiones compactadas.
4. **Interacciones Cuánticas Avanzadas:** Dada su conexión con las dimensiones adicionales, podrían interactuar de maneras más complejas con las fuerzas fundamentales, incluidas las fuerzas cuánticas, de manera que para nosotros serían incomprensibles.

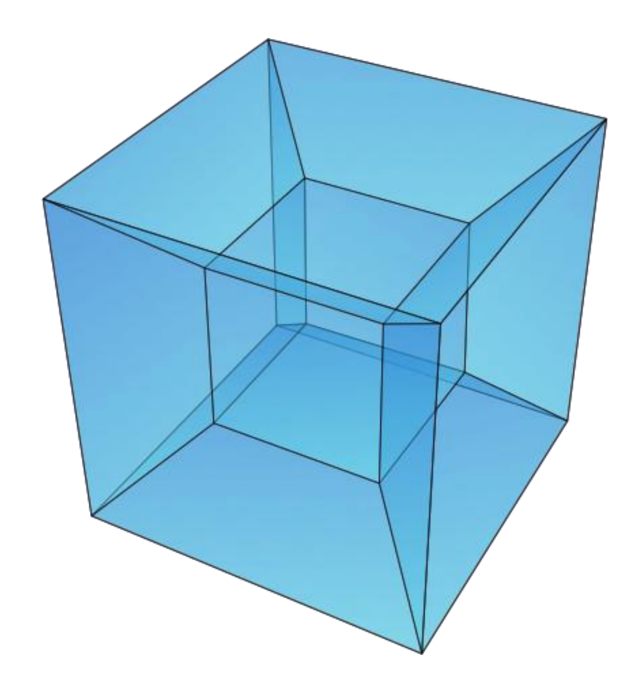
En un enfoque teórico y especulativo sobre seres que existen en diferentes dimensiones, su percepción de la vida, el espacio y el tiempo se vería influenciada por la cantidad de dimensiones en las que operan.

1. **Seres unidimensionales:**
   - Percibirían la vida como una línea unidimensional, sin capacidad de moverse en ninguna dirección más allá de ese punto.
   - Espacialmente, su existencia se limitaría a esa línea, sin altura ni ancho.
   - En cuanto al tiempo, podrían percibir solo un momento instantáneo, sin pasado ni futuro.
2. **Seres bidimensionales:**
   - Verían la vida en un plano, con longitud y anchura, pero sin altura.
   - Su movimiento se limitaría al plano en el que existen.
   - Su percepción del tiempo podría ser secuencial pero lineal, como una progresión en dos dimensiones.
3. **Seres tridimensionales:**
   - Experimentarían la vida en un espacio 3D con longitud, altura y anchura.
   - Podrían moverse libremente en estas tres direcciones, teniendo una percepción más amplia del entorno.
   - Su percepción del tiempo sería lineal, con un pasado, presente y futuro.
4. **Seres tetradimensionales:**
   - Además de las tres dimensiones espaciales, tendrían acceso a una dimensión temporal.
   - Podrían moverse libremente en el tiempo, accediendo a cualquier punto en la línea temporal.
   - Su percepción del tiempo sería no lineal, pudiendo acceder a eventos pasados o futuros sin restricciones lineales.



5. **Seres de dimensiones superiores:**
   - A medida que aumentamos las dimensiones, la percepción se vuelve más abstracta.

- Estos seres podrían tener acceso a realidades alternativas, múltiples líneas temporales o incluso universos paralelos.
- Su percepción del tiempo y espacio sería extremadamente compleja y más allá de nuestra comprensión.



Teseracto cubo de cuatro dimensiones (Hypercube, 2021)

6. **Seres Nonadimensionales, Decadimensionales y undecadimensionales:**
    - En estas dimensiones superiores, la percepción del tiempo y el espacio se vuelve casi infinita.
    - Accederían a un vasto conjunto de realidades, universos y líneas temporales.
    - Su comprensión trascendería la linealidad del tiempo y las restricciones espaciales, teniendo una perspectiva holística de todas las posibilidades.

En resumen, la percepción de la vida, el espacio y el tiempo para seres en dimensiones más altas sería cada vez más abstracta y compleja, con capacidades para interactuar con múltiples realidades y líneas temporales, y una comprensión más allá de nuestra experiencia tridimensional lineal.

Hasta ahora, no hay evidencia empírica de seres vivos o dimensiones más allá de las que conocemos, y la teoría de cuerdas sigue siendo un marco teórico en desarrollo sin confirmación experimental directa.

¿Podemos crear nuestras propias dimensiones para experimentar?

Sí (Ciencia, 2022) (Fision, 2022). En un emocionante capítulo de la búsqueda científica, investigadores de la Universidad de Rice en Texas han desentrañado las complejidades de las "dimensiones sintéticas". Estas dimensiones, creadas mediante la excitación láser de átomos gigantes, ofrecen una ventana única para observar las reacciones de los electrones más allá de las dimensiones físicas clásicas. Este artículo explora la maravillosa odisea de estos científicos mientras se aventuran en el mundo cuántico, abriendo nuevas puertas hacia la comprensión de las leyes fundamentales del universo.

Imaginen un mundo más allá de nuestras tres dimensiones familiares. En una colaboración fascinante, científicos de la Universidad de Rice han dado vida a las "dimensiones sintéticas", un concepto que se asemeja a una obra maestra cuántica que desafía las percepciones convencionales.

- **El Viaje Científico:**
  Todo comienza con la creación de átomos de Rydberg, un nuevo estado de la materia que representa un "átomo gigante" lleno de átomos ordinarios. Esta hazaña, verificada por científicos en 2018, marcó el inicio de un emocionante viaje hacia las profundidades de lo cuántico.
- **La Técnica Innovadora:**
  La clave de este descubrimiento radica en la manipulación precisa de electrones en los átomos gigantes. Los investigadores, liderados por el profesor Hazzard y el profesor Killian, aplicaron campos eléctricos de microondas resonantes para crear dimensiones sintéticas. Esta técnica, realizada con láseres y microondas, permitió acoplar múltiples estados o dimensiones de átomos ultrafríos de estroncio, abriendo las puertas a un reino cuántico previamente inexplorado.
- **El Poder de las Dimensiones Sintéticas:**
  Las dimensiones sintéticas, matemáticamente equivalentes a una partícula moviéndose en un cristal real, ofrecen una plataforma revolucionaria para la investigación cuántica. Esta nueva herramienta no solo revela las complejidades de las interacciones cuánticas, sino que también despierta la posibilidad de simular sistemas que desafían la capacidad de las computadoras clásicas.
- **El Futuro de la Ciencia Cuántica:**
  El equipo de investigación anticipa un futuro emocionante al combinar varios átomos de Rydberg para crear partículas que interactúan en estas dimensiones sintéticas. Este avance promete desbloquear secretos que no pueden simularse en computadoras convencionales, llevando a la ciencia cuántica a nuevos horizontes.

En palabras sencillas crearon un átomo gigante con otros átomos interactuando en su interior, en este apasionante viaje hacia lo cuántico, los científicos de la Universidad de Rice han abierto una puerta hacia las dimensiones sintéticas, desafiando las limitaciones de nuestras percepciones tridimensionales. Este emocionante capítulo en la investigación cuántica no solo enriquece nuestro entendimiento de la física fundamental, sino que también destaca el potencial ilimitado que se encuentra más allá de lo que conocemos. El

descubrimiento de las dimensiones sintéticas nos invita a soñar con lo desconocido y a abrazar el maravilloso viaje hacia la comprensión más profunda de las leyes del universo.

¿Qué nos dice la historia y los gobiernos?

En los recovecos de la realidad, más allá de lo que nuestros sentidos pueden captar, se encuentra un enigma ancestral que ha persistido a lo largo de la historia humana: la presencia de seres de otras dimensiones. Estas criaturas, tejidas en el tapiz de mitologías y relatos, han dejado su huella en la cosmovisión de culturas de todos los rincones del mundo.

Es esencial abordar esta fascinante información con un espíritu de reflexión cultural y apertura mental. No pretendemos afirmar la veracidad de estas narrativas, ya que la falta de pruebas contundentes nos invita a la prudencia y el escepticismo. Sin embargo, reconocer estas historias como elementos culturales ricos en simbolismo y significado puede enriquecer nuestra comprensión del mundo que habitamos.

La interpretación de la realidad y la percepción a través de nuestros sentidos son misterios profundos y desafíos constantes. La humanidad ha forjado su comprensión del cosmos a través de mitos, leyendas y relatos que han evolucionado con el tiempo. En esta evolución, nos encontramos con la maravillosa capacidad de la mente humana para explorar lo desconocido y dar forma a conceptos que van más allá de la realidad tangible.

Este viaje a través de las cosmovisiones nos invita a cuestionar cómo interpretamos el mundo que nos rodea. La conexión entre la realidad objetiva y la subjetiva, entre lo que vemos y lo que sentimos, plantea interrogantes que despiertan nuestra curiosidad innata. ¿Cómo se entrelazan las experiencias individuales y colectivas para dar forma a nuestras creencias y percepciones?

En este contexto, la noción de seres de otras dimensiones nos sumerge en el vasto océano de la mente humana, donde la realidad y la fantasía coexisten en un baile eterno. Al considerar estas historias como expresiones culturales, reconocemos la capacidad de la humanidad para explorar lo inexplicable y trascender las fronteras de la comprensión convencional.

Así, nos aventuramos en un viaje cultural y cognitivo, recordando que aunque estas narrativas puedan carecer de evidencia científica sólida, su valor radica en su influencia en la manera en que pensamos y percibimos el universo que compartimos. En última instancia, este conocimiento nos desafía a contemplar la riqueza de las cosmovisiones humanas con respeto, humildad y un sentido renovado de asombro ante la infinita complejidad de la existencia.

Hace eones, en las tierras de Sumeria, donde los dioses venidos de las estrellas gobernaban, surgieron relatos de seres celestiales que descendían de los cielos a la tierra.



Entre ellos, Apsu, Tiamat, Anshar y Kishar eran como poesía cósmica, danzando entre los astros que componían nuestro sistema solar.

Los sumerios, artesanos de la palabra, narraron estos mitos como un canto a la creación, donde los dioses antiguos, los cuerpos celestes, eran más que meras luces en el firmamento. Eran arquitectos de la realidad, maestros de las alturas y las profundidades.

Los dioses, surgieron dos familias divinas, una de cielo y tierra, dividida por amores y desamores cósmicos. Al frente, AN, el Gran Padre, Rey de los Dioses, con su reino en la vastedad celeste, simbolizado por una estrella que guiaba el destino de las deidades que le seguían, los Anunnaki, hijos de Anu.

Su palacio resplandecía en el firmamento, custodiado por dioses de la verdad y la vida. Era allí, en la morada de Anu, donde los dioses se reunían para resolver disputas y tomar decisiones celestiales. Entre ellos, mortales afortunados, como el modelo de hombre, Adapa, ascendían a los cielos, buscando escapar de la mortalidad.

Los relatos sumerios se entrelazaban con los del Antiguo Testamento, donde Enoc y el profeta Elias ascendían a los cielos, trascendiendo la frontera entre lo terrenal y lo divino. La poesía cósmica de los sumerios resonaba en las historias bíblicas, como versos entrelazados en el tapiz de la creación.

En esta danza de dioses y mortales, se revela una verdad antigua: que los humanos, como Adapa, pueden aspirar a las moradas divinas. Las estrellas, testigos silenciosos de estos relatos, susurraban secretos que resonarían a través de los milenios, como un eco eterno en el vasto lienzo del cosmos (Ezquer Espin, s.f.).

En el amanecer de la humanidad, cuando las estrellas eran los únicos ojos que observaban nuestro planeta, surgieron visitantes de mundos más allá de nuestra comprensión. No eran simplemente viajeros espaciales, sino seres multidimensionales que se movían entre las fronteras de la realidad y la imaginación.

Cuando las civilizaciones antiguas esculpían sus historias en piedra, se relató el primer encuentro. Un misterioso disco de luz se posó sobre las tierras de Sumeria, llevando consigo la promesa de conocimiento y el regalo de la escritura. Así, los sabios sumerios compartieron historias de dioses que descendían del cielo en "barcas celestiales", un relato que resonaría a través de los tiempos.

En la Edad Media, cuando la humanidad estaba envuelta en mitos y leyendas, luces en el cielo fueron interpretadas como señales divinas o presagios de guerras por venir. Las narrativas cambiaron, pero la presencia de estos misteriosos visitantes persistió en la mitología global.

El Renacimiento vio el resurgimiento del interés en el cosmos, y las mentes curiosas se alzaron para estudiar los cielos. Con el tiempo, los telescopios revelaron mundos lejanos, pero también señalaron hacia luces parpadeantes que desafiaban la explicación lógica. Galileo, en silencio, contempló estos destellos y se preguntó si los dioses antiguos aún jugaban en la vastedad estelar.

En la era moderna, la humanidad se enfrentó a nuevas maravillas y desafíos. Con la llegada de los vuelos espaciales, nuestros propios artefactos danzaron entre las estrellas. Sin embargo, los visitantes de otras dimensiones no permanecieron en la oscuridad. En Roswell, sus naves fueron testigos de nuestra capacidad tecnológica, y los informes secretos hablaron de encuentros con entidades que desafiaban la lógica terrestre.

En cada era, los ovnis se convirtieron en el hilo conductor de nuestras esperanzas y temores, manifestándose en las sombras de nuestros sueños colectivos. Los abducidos compartieron relatos de experiencias cósmicas, mientras los escépticos se aferraban a la ciencia convencional. Pero en el rincón de la noche, cuando las estrellas titilan como ojos cósmicos, la verdad se desliza entre las grietas de nuestra realidad.

Hoy, seguimos alzando la mirada hacia el firmamento, preguntándonos quiénes son estos visitantes que han sido testigos silenciosos de nuestra historia. ¿Son guardianes de la evolución, observadores de nuestro viaje? ¿O son, acaso, nosotros mismos desde un futuro distante, enviando mensajes a través de las ondas temporales?

Así, la historia de los ovnis en la humanidad continúa, una narrativa entrelazada con misterio y posibilidades infinitas, forjando un puente entre lo conocido y lo desconocido. En cada destello en la noche estrellada, en cada avistamiento inexplicable, la historia se teje con hilos de asombro y especulación, recordándonos que en el vasto universo, aún hay secretos por descubrir.

En la página 22 del apartado UFO Section 1, se encuentra un intrigante memorándum fechado el 8 de julio de 1947, enviado al entonces director del FBI, John Edgar Hoover, por un agente especial con grado de Teniente Coronel, cuya identidad ha sido eliminada (Cid A. L., 2017).

Este documento revela un reporte periodístico de la época sobre un avistamiento de ovnis, donde el testigo principal fue interrogado, posiblemente por oficiales del FBI. Lo más asombroso es que hace referencia a entidades que no provienen de otros planetas, sino de otras densidades, capaces de materializarse a voluntad al cambiar su frecuencia vibratoria.

El reporte dice así traducido al español:

Si uno de ellos fuera atacado, es casi seguro que la nave atacante sería destruida. En la mente pública, esto podría crear casi pánico y sospechas informativas. Los datos principales sobre estas naves están ahora disponibles y deben ser proporcionados, sin

importar cuán fantásticos e ininteligibles puedan parecer a mentes que no han sido previamente instruidas en pensar en este tipo de situaciones.

1. Parte de los discos llevan tripulantes, otros son controlados de forma remota.
2. Su misión es pacífica. Los visitantes contemplan establecerse en este plano.
3. Estos visitantes son similares a los humanos pero mucho más grandes en tamaño.
4. NO son personas desencarnadas de la Tierra, sino que vienen de su propio mundo.
5. No provienen de ningún "planeta" como usamos la palabra, sino de un planeta etérico que se interpone con el nuestro y no es perceptible para nosotros.
6. Los cuerpos de los visitantes, y también la nave, se "materializan" automáticamente al entrar en la frecuencia vibratoria de nuestra materia densa (véase "aportes").
7. El disco posee un tipo de energía radiante o rayo que fácilmente desintegraría cualquier nave atacante. Reingresan al éter a voluntad y, así, simplemente desaparecen de nuestra visión, sin dejar rastro.
8. La región de la que provienen NO es el "plano astral", sino que corresponde a los Lokas y Talas. Los estudiantes de asuntos esotéricos entenderán estos términos.
9. Probablemente no se pueden comunicar por radio, pero probablemente sí por radar, si se puede idear una señal para ese aparato.

Brindamos información y advertencia, y no podemos hacer más… (The FBI records: the vault, 2023)

Del reporte en relación a la información esotérica, estas entidades son seres evolucionados que eligen regresar a densidades inferiores con el propósito de ayudar en los procesos de transición en los lugares en los que encarnan. Conocidos como errantes, pueden ser "positivos" o "negativos" según sus intenciones.

Los "positivos" están al servicio de los demás, ayudándonos a evolucionar sin alterar nuestro libre albedrío, enseñando o asistiendo desde dentro sin intervención externa. En cambio, los "negativos", con servicio a sí mismos, regresan a nuestra dimensión para promover sus propios objetivos o mantenernos aquí, frenando nuestra evolución.

La información menciona planos dimensionales llamados Lokas y Talas, términos que se encuentran en la mitología hindú y que se refieren a mundos alternos o realidades, es decir, diferentes dimensiones. Según el documento, la región de la que provienen estas entidades no es el "plano astral" como se podría pensar, sino que corresponde a estos Lokas y Talas.

La trama se complica con la capacidad de estas entidades para materializarse al entrar en la frecuencia vibratoria de nuestra materia densa, poseyendo una energía radiante capaz de desintegrar cualquier nave que las ataque. Además, la posibilidad de comunicarse con ellos plantea un enigma, sugiriendo que podrían ser detectados por radar pero no por radio.



Este relato se desarrolla en un contexto de alerta, donde la divulgación de esta información, por más increíble que parezca, busca preparar a la población ante una posible situación crítica si se llegara a atacar a estos visitantes. Las referencias a términos esotéricos y mitológicos añaden un matiz misterioso y sugieren una conexión profunda con conocimientos antiguos.

Dada la información proporcionada y considerando los conceptos de dimensiones, el cosmos, la materia, la física cuántica, la filosofía y la teología, se pueden extraer varias conclusiones o reflexiones:

1. **Multidimensionalidad:** La referencia a entidades que vienen de otras densidades y la mención de planos dimensionales como Lokas y Talas sugieren una comprensión de la realidad que va más allá de las dimensiones físicas que percibimos.
2. **Materialización Cuántica:** La afirmación de que los cuerpos de los visitantes y sus naves pueden "materializarse" al cambiar su frecuencia vibratoria está alineada con conceptos de la física cuántica, donde las partículas pueden existir en estados múltiples.
3. **Energía Radiante y Desmaterialización:** La descripción de una energía radiante o rayo capaz de desintegrar naves atacantes y la habilidad de desaparecer de la visión humana sugiere tecnologías o capacidades que van más allá de nuestra comprensión actual, pero que podrían alinearse con principios cuánticos avanzados.
4. **Origen Éterico y No Perceptible:** La idea de que provienen de un planeta etérico no perceptible a nuestros sentidos se alinea con la noción de que existen realidades o dimensiones que escapan a nuestra percepción física directa.
5. **Filosofía Esotérica:** La referencia a Lokas y Talas conecta con la filosofía esotérica y mitológica, sugiriendo una comprensión más profunda de la realidad que va más allá de la ciencia convencional.
6. **Intervención Evolutiva:** La noción de entidades evolucionadas que eligen regresar a densidades inferiores con el propósito de ayudar en los procesos de transición, ya sea de manera positiva o negativa, podría interpretarse como una forma de intervención evolutiva en la historia de la humanidad.
7. **Conexión con la Teología:** Las referencias a entidades que ayudan a la evolución y la dualidad entre "positivos" y "negativos" podrían relacionarse con conceptos teológicos de seres benevolentes y malévolos que interactúan con el mundo humano.

Es importante señalar que estas conclusiones se basan en interpretaciones y conexiones especulativas, más narrativas que científicas o teológicas. Además, estas interpretaciones dependen en gran medida de la perspectiva y el marco conceptual desde el cual se aborden estos temas.

¿Qué es el infinito?

Los números nos ayudan a realizar operaciones que nos ayudan a comprender y explicar el Mundo que nos rodea pero conocías que todas la operaciones que existe son en realidad sumas. Una perspectiva intrigante es que todas las operaciones aritméticas, como la multiplicación, la potenciación, el logaritmo, la raíz cuadrada y otras, se pueden reducir, en esencia, a operaciones de suma. Esta idea propone una interconexión sorprendente entre diferentes operaciones matemáticas.

Se comienza argumentando que, si se analiza a fondo, cada operación se puede desglosar hasta llegar a sumas repetitivas. Por ejemplo, la multiplicación se interpreta como la adición repetida de un número consigo mismo. De igual forma, la potenciación se reduce a múltiples multiplicaciones y, a su vez, la multiplicación es una forma de sumar múltiples veces.

Se resalta que las operaciones restantes, como la resta y la división, son inversas a las sumas y a otras operaciones respectivamente. Se menciona que la resta puede ser vista como la suma de un número negativo, aportando un matiz intrigante a esta relación.

La relación entre las diferentes operaciones matemáticas, donde la potenciación está sobre la multiplicación, y esta a su vez sobre la suma. En esta secuencia, se plantea la idea de si es posible continuar creando nuevas operaciones a partir de las existentes.

Esta noción sorprendente presenta la idea de que las operaciones matemáticas están interconectadas, sugiriendo una especie de jerarquía que se reduce a la simple adición, mostrando la sorprendente simplicidad subyacente en la complejidad de las operaciones matemáticas cotidianas (Santaolalla J. , s.f.).

La división se puede explicar a través de sumas al utilizar la idea de compartir una cantidad en partes iguales. Cuando dividimos un número entre otro, estamos determinando cuántas veces el divisor cabe en el dividendo. Este proceso se puede visualizar como sumas sucesivas o sumas repetidas hasta alcanzar el número original.

Por ejemplo, consideremos la operación 20÷420÷4, que es lo mismo que decir "¿cuántas veces el número 4 cabe en 20?"

Para entender esto con sumas, se trata de agregar el divisor a sí mismo repetidamente hasta llegar al dividendo. En este caso, sumar el número 4 hasta alcanzar 20.

4+4=8
8+4=12
12+4=16
16+4=20

Hemos sumado el número 4 cinco veces (4 + 4 + 4 + 4 + 4) para llegar al número 20. Por lo tanto, en este ejemplo, el resultado es 5, ya que el número 4 cabe en 20 cinco veces.



Este método ilustra cómo la división se puede comprender como un proceso de sumas sucesivas, es decir, sumar el divisor hasta alcanzar o acercarse al dividendo, contando cuántas veces ha sido necesario sumar el divisor para llegar a la cantidad origina

Sin embargo, hay límites en la aplicación de estas operaciones matemáticas cuando se trata de números infinitos.

Las operaciones matemáticas con números infinitos pueden generar situaciones paradójicas o resultados que no tienen sentido desde una perspectiva convencional. Por ejemplo:

1. **Infinito no es un número común:** El infinito no es un número ordinario. No puede ser tratado como tal en operaciones aritméticas estándar. Las operaciones matemáticas se definen para números finitos y siguen reglas específicas que no siempre se aplican a los infinitos.
2. **Problemas de convergencia:** En ciertos casos, al sumar, restar, multiplicar o dividir números infinitos, se pueden obtener resultados ambiguos o divergentes. Por ejemplo, la suma infinita de una serie puede converger (llegar a un valor finito) o divergir (no tener un valor finito).
3. **Problemas con la indeterminación:** En cálculos con infinitos, pueden surgir situaciones de indeterminación, como dividir un número finito entre cero (lo que no tiene sentido en la aritmética convencional).
4. **Dificultad en la representación y cálculo preciso:** La manipulación de infinitos puede ser conceptualmente desafiante y llevar a resultados que son difíciles de interpretar o no están bien definidos.

En matemáticas, se han desarrollado conceptos como el cálculo infinitesimal y la teoría de conjuntos para abordar algunas de las cuestiones relacionadas con los infinitos. Estos conceptos permiten trabajar con límites y procesos infinitos de una manera más rigurosa y estructurada.

Exploraremos algunos conceptos relacionados con el infinito, simbolizado por ∞, conocido como lemniscata, utilizado por primera vez en 1655 por el matemático John Wallis para representar elementos sin límites. Este símbolo tiene sus raíces en la noción antigua de infinito, representada por una serpiente mordiéndose la cola, simbolizando la inmortalidad, la continuidad y el movimiento constante del universo, conocido como Ouroboros.



El infinito es un concepto que va más allá de los números reales, y en él, las operaciones algebraicas no se comportan de la misma manera que en otros conjuntos numéricos. En el mundo infinito, ciertas operaciones tienen resultados específicos, por ejemplo:

- $(\infty)(\infty) = \infty$
- $(+\infty)(+\infty) = +\infty$
- $(-\infty)(+\infty) = -\infty$
- $(-\infty)(-\infty) = -\infty$
- $(k)(\infty) = \infty$ (siendo k un número real)
- $(k)(-\infty) = -\infty$ (siendo k un número real)
- $(k)(+\infty) = +\infty$ (siendo k un número real)
- $(k)(\pm\infty)$ = indeterminado (siendo k un número real)
- $(-\infty)^k = -\infty$ (siendo k un número entero)
- $(+\infty)^k = +\infty$ (siendo k un número entero)
- $(\infty)^k = \infty$ (siendo k un número entero)
- $k/\infty = 0$ (siendo k un número entero)
- ∞/∞ = indeterminado

El infinito no es un número en sí, sino más bien un concepto abstracto que representa una magnitud inimaginable y sin límites. Es tan inmenso que no puede ser representado en un plano cartesiano. Por ejemplo, en un plano cartesiano, el infinito es una magnitud inimaginable que podría encontrarse tanto en el lado izquierdo como en el lado derecho. No se puede definir si es positivo o negativo. Los signos utilizados en ∞ no son interpretados de la misma manera. +∞ se considera una cantidad positiva que se encuentra solo en el lado derecho del plano, y -∞ se considera una cantidad negativa que se encuentra solo en el lado izquierdo.

La notación ±∞ a veces se usa como una manera de resumir cálculos, pero al evaluar, se hace por separado para -∞ y +∞. Este concepto de infinito va más allá de las matemáticas, es un concepto abstracto que desafía la simple interpretación numérica

El infinito juega un papel fundamental en la mecánica cuántica y la teoría de cuerdas, dos áreas fundamentales en la física moderna.



En la mecánica cuántica, el concepto del infinito está estrechamente relacionado con la aparición de singularidades y divergencias en los cálculos matemáticos. Por ejemplo, en la teoría cuántica de campos, al realizar cálculos para determinar las propiedades de las partículas y las interacciones entre ellas, surgen resultados que contienen infinitos. Estos infinitos representan una especie de falla en los modelos matemáticos y, en muchos casos, indican la necesidad de una nueva forma de entender y tratar estas singularidades.

En la teoría de cuerdas, el infinito se relaciona con la aparición de infinidades en los cálculos matemáticos. En esta teoría, las cuerdas son objetos unidimensionales que, al vibrar en diferentes modos, pueden representar partículas fundamentales. Sin embargo, algunos cálculos contienen infinidades matemáticas, lo que sugiere problemas y limitaciones en la comprensión actual de la teoría.

La aparición de estos infinitos sugiere que las teorías actuales tienen limitaciones o no proporcionan un marco completo para comprender fenómenos a escalas extremadamente pequeñas (como la mecánica cuántica) o a escalas del universo (como la teoría de cuerdas). Resolver estas infinidades es crucial para avanzar en la comprensión de la naturaleza fundamental de la realidad.

Los físicos están trabajando en métodos para manejar estas singularidades, ya sea a través de técnicas de regularización (como la renormalización en mecánica cuántica) o mediante el desarrollo de nuevas teorías que puedan abordar y resolver estos problemas. La búsqueda de un marco teórico que integre la mecánica cuántica con la gravedad, evitando los problemas de los infinitos matemáticos, es uno de los principales desafíos en la física teórica contemporánea.

Es muy difícil contestar este tipo de preguntas porque no puedes definir con congruencia la mecánica cuántica aún no con todo el lenguaje matemático, abordémoslo hasta llegar al número infinito de universos, pero infinito en si no se puede comprender aun, La discusión comienza con la idea de cómo reaccionaríamos si jugamos con alguien y este nos da información contradictoria, (Wild y otros, Wild Proyect, 2023) como cuando se le pregunta el color a algo y responde "rojo", pero no es rojo, o se dice que es una forma circular, pero no lo es. Aquí se resalta que la contradicción no proporciona información. Si se plantea que un electrón existe y no existe simultáneamente, esto depende de la interpretación, y se subraya la importancia de hacer las preguntas correctas para obtener respuestas significativas.

Se profundiza en el concepto de onda en la mecánica cuántica, donde la materia se comporta como una onda. La superposición se explica como la dificultad de aplicar



preguntas de partículas a una onda, lo que lleva a la confusión y la falta de palabras lingüísticas para referirse a tales fenómenos.

El enfoque de las múltiples interpretaciones en la mecánica cuántica nos lleva a lugares desconocidos como la interpretación de los múltiples mundos, donde cada realización de una onda da lugar a un nuevo universo. Plantea el concepto de que el número infinito de universos sería problemático debido a la ruptura del principio de no contradicción.

La posibilidad de múltiples universos en el contexto de la teoría de la inflación caótica eterna y la mecánica cuántica, con un universo que se inició hace aproximadamente 14 mil millones de años y un universo que podría ser infinito. Se plantea la existencia de infinitos volúmenes en un universo infinito, lo que sugiere la existencia de versiones infinitas de cada situación con pequeñas diferencias.

El infinito y su relación con lo imposible y el esfuerzo del hombre por comprenderlo. Se abordan perspectivas filosóficas, como el realismo modal de David Lewis, que sostiene la existencia de todas las posibilidades como reales, aunque solo vivamos en una de ellas.

Comprender los fenómenos cuánticos, la importancia de formular las preguntas correctas, las interpretaciones múltiples y la posibilidad de infinitos universos, todo enmarcado en la complejidad de comprender y definir conceptos como el infinito y lo imposible.

Y que nos dice de D-os el cosmos y su infinito, se supone que según los cálculos de la física moderna nos dice que existe miles de agujeros negros en el infinito espacio, que se expande por la teoría de la inflación, infinitamente por una partícula hipotética conocida como inflatón es algo así como se ha resuelto la gravedad hasta ahora como el gravitón hipotético también, la existencia de agujeros negros y se aborda también un argumento filosófico sobre la posible existencia de un creador o D-os. ¿Recuerdas cuando jugamos al "teléfono descompuesto"? Bueno, imagina un juego así pero con ideas que tienen que ver con la ciencia y la filosofía. Aquí va:

Los agujeros negros, ¿sabes qué son? Son como súper-masas en el espacio, tan pesadas y su atracción de gravedad tan grande que ni siquiera la luz puede escapar de ellas. Ahora, lo curioso es que algunos científicos no están seguros si realmente existen porque hasta ahora solo tenemos pruebas indirectas de su existencia. (Como la gravedad)

Algunos piensan que podrían ser más que agujeros, podrían ser algo completamente diferentes, como estrellas de gravedad, lo cual sería genial, ¿no? Si imaginas un universo con muchos agujeros negros, ¡es algo sorprendente!

Y luego, entramos en algo de filosofía (Wild y otros, Wild Proyect, 2023). Sobre la existencia de un ser supremo, D-os, o algo que creó todo el universo. Los filósofos



plantean que si todo lo que conocemos está hecho de partes que dependen de otras cosas, debe haber algo en la realidad que no depende de nada más. Llaman a eso el "fundamento".

El "fundamento" sería algo que no tiene límites y del cual todo lo demás depende. Aseguran que este "fundamento" tendría que ser perfecto, porque si es la base de todo, debería tener valor ilimitado. ¿Por qué? Porque de él surgen cosas valiosas, ¡como tú o como una hermosa puesta de sol!

¡Es como un cuento sobre la ciencia y la filosofía, y cómo gente muy inteligente piensa en cosas realmente profundas sobre el universo y la vida!

La existencia de un "fundamento" o "ser supremo", lo que se asocia a D-os en el contexto filosófico. En la Kabbalah, se explora la naturaleza de D-os, el universo y la relación entre ambos.

Aunque la Kabbalah es más espiritual y teológica que científica, hay aspectos de su cosmovisión que se pueden relacionar con las ideas de la ciencia y la filosofía que has mencionado. La idea de un "fundamento" o una "fuente" de la existencia que está más allá de todo y que da origen a todo lo demás, es una noción que tiene similitudes con algunos conceptos cabalísticos.

Por ejemplo, en la Kabbalah se considera la existencia de un "Ein Sof", que se traduce como "sin fin", un aspecto de D-os que está más allá de toda comprensión humana y que es la esencia pura e ilimitado. Este concepto se asocia con la idea de un "fundamento" o una fuente de la realidad que es inmutable, infinita y del cual todo emana.

La noción cabalística de las emanaciones divinas, como el Árbol de la Vida con sus Sephiroth, podría compararse en cierta medida con la idea de cómo las cosas valiosas o significativas surgen del "fundamento" filosófico, aunque las interpretaciones y enfoques son diferentes en sus respectivos ámbitos.

Un diseño distinto de un Cosmos simulado en grafos

Un grafo es una estructura matemática que se utiliza para representar relaciones y conexiones entre elementos. Un grafo consta de nodos (también llamados vértices) y aristas (también llamadas bordes), donde los nodos representan entidades o puntos de datos, y las aristas representan conexiones o relaciones entre estos nodos. Los grafos se utilizan en una amplia variedad de campos y aplicaciones, incluidas las redes informáticas, la teoría de grafos, la ciencia de datos, la representación de datos y la resolución de problemas que involucran relaciones.

Wolfram (Wolfram S. , 2020) (Santaolalla J. , 2020) es una compañía de software que se ha destacado por su contribución a la ciencia computacional y la matemática computacional. Uno de los proyectos notables en los que Wolfram estuvo involucrado es el desarrollo de Wolfram Alpha, un motor de conocimiento computacional que proporciona respuestas a preguntas formuladas en lenguaje natural. Wolfram Alpha utiliza una amplia gama de conocimientos y algoritmos matemáticos para realizar cálculos, buscar datos y generar visualizaciones.

La historia de Wolfram Alpha comenzó cuando el fundador de Wolfram Research, Stephen Wolfram, decidió abordar el desafío de crear una máquina de conocimiento computacional que pudiera responder preguntas directas en lenguaje natural. Para lograr esto, Wolfram y su equipo desarrollaron un lenguaje de entrada, conocido como Wolfram Language, que permitía a los usuarios plantear preguntas y realizar cálculos en una amplia variedad de campos, desde matemáticas y ciencia hasta música y geografía.

Wolfram Alpha utiliza una variedad de tecnologías, incluyendo la interpretación semántica del lenguaje natural, bases de datos estructuradas, algoritmos matemáticos y la capacidad de generar visualizaciones interactivas. El motor de búsqueda de Wolfram Alpha se encuentra en constante expansión a medida que se agregan nuevos datos y se mejoran los algoritmos.

El proyecto Wolfram Alpha se lanzó al público en 2009 y ha seguido creciendo y evolucionando desde entonces. Se ha convertido en una herramienta ampliamente utilizada en la educación, la investigación y la resolución de problemas en diversos campos. Wolfram Alpha ha demostrado ser una contribución significativa a la computación basada en el conocimiento y ha establecido a Wolfram como una empresa líder en este campo.

En resumen, Wolfram Alpha es un proyecto emblemático de Wolfram Research que busca proporcionar respuestas a preguntas en lenguaje natural utilizando tecnologías avanzadas de procesamiento de conocimiento y gráficos computacionales.

Stephen Wolfram lanzó al mundo una teoría que cambió la forma en que veíamos el cosmos. Se desató una euforia, ya que no se trataba solo de una nueva teoría, sino de una nueva manera de comprender el espacio, el tiempo, la materia y la energía. Su teoría, más que un simple cambio, representaba un cambio de paradigma que prometía resultados asombrosos.

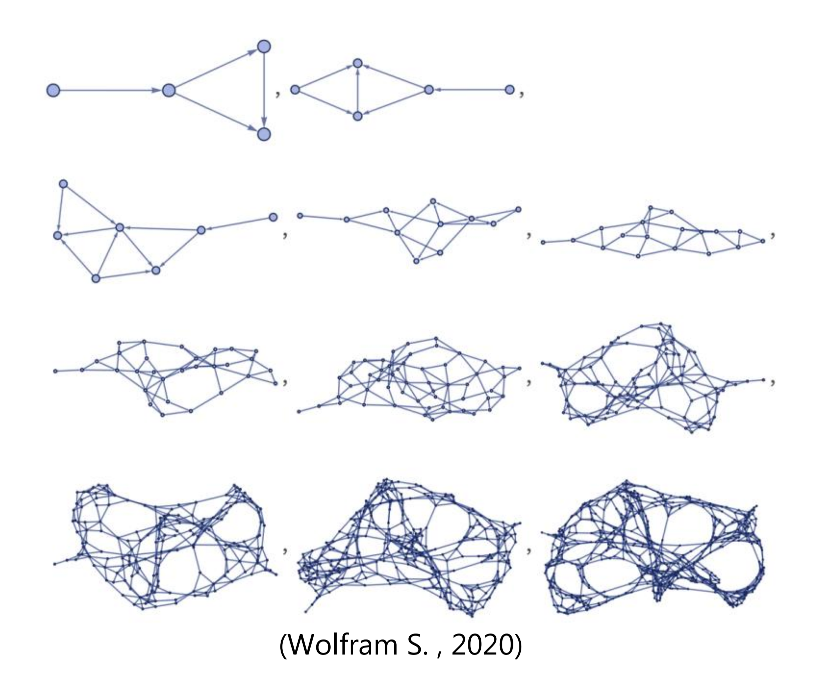
Imagínate un universo donde el espacio y el tiempo se entrelazan en una red de nodos y conexiones. Aquí es donde la mente maestra de Wolfram hizo su magia. Utilizando una red de puntos virtuales, propuso que todo en el universo podía explicarse a través de algoritmos en lugar de ecuaciones tradicionales.

Esta idea, aunque inicialmente asombrosa, planteó preguntas fundamentales: ¿cómo explicar la energía, la materia oscura o lo que sucede dentro de un agujero negro? La teoría de Wolfram desafiaba las nociones convencionales. ¿Cómo puede la materia estar hecha únicamente de espacio? Es un patrón matemático sobre el tejido del espacio, un nudo en la red.

Con una red de puntos minúsculos, Wolfram sugirió que la materia podría ser grupos de estos nudos que son enormes en nuestra escala, pero minúsculos en la red. Esta idea no solo abordaba conceptos como la materia oscura, sino que también se aventuraba a explicar la energía y el momento.

¿Y qué hay de los agujeros negros? Para Wolfram, son regiones desconectadas del resto del universo en su red. ¡Y lo más sorprendente es lo que ocurre dentro de ellos! El tiempo se detiene y crea un universo paralelo.

Pero eso no es todo, su teoría permite incluso explorar la posibilidad de viajes en el tiempo a través de bucles infinitos en la red. Este modelo ofrece respuestas a cuestiones complejas y desafía conceptos filosóficos como el libre albedrío y el determinismo.



(Wolfram S. , 2020)

La correspondencia con otros sistemas se convirtió en su enigma a resolver. Comenzó a adentrarse en la abstracción de los sistemas de reemplazo de cadenas, intentando ver cómo estos se podían interpretar en el modelo de Wolfram.

A medida que profundizaba en la comprensión de la sustitución de cadenas, hizo un descubrimiento fascinante: la manera en que el modelo de Wolfram representaba estas relaciones era similar a la forma en que los nodos y las relaciones estaban vinculados en

una cadena. Empezó a ver patrones entre la representación de las cadenas y las reglas definidas en el modelo de Wolfram.

Wolfram, se topó con una revelación: la visualización de la evolución de las reglas reflejaba la misma lógica y patrones que las cadenas de reemplazo en un sistema de cadena. Esto no solo era una coincidencia visual, sino que su análisis demostraba la correspondencia lógica entre los dos sistemas.

Emprendió el mismo camino con una máquina de Turing. Comenzó a analizar la estructura de la máquina de Turing y cómo su modelo podría replicar las complejidades y la sincronización necesarias para este sistema.

Su modelo de Wolfram era capaz de abordar la sincronización necesaria para emular la estructura de una máquina de Turing. Los grafos causales, los patrones de ramificación y la complejidad de las conexiones reflejaban la lógica de la máquina de Turing.

Continuando su viaje intelectual, se sumergió en el mundo de los autómatas celulares. Encontró que la rigidez inherente en la estructura de los autómatas celulares era un desafío completamente diferente a los modelos anteriores. Sin embargo, descubrió que, a pesar de la naturaleza rígida y determinística de los autómatas celulares, su modelo podía sincronizarse y reproducir los patrones y reglas de estos sistemas.

Aquí están los puntos clave destacados en la historia:

1. **La presentación de la teoría de Wolfram:** Comienza con la emoción de la comunidad científica cuando Stephen Wolfram presentó su nueva teoría en Internet y la publicación de su libro.
2. **La teoría del grafo:** Se explica cómo Wolfram utiliza un modelo de grafo para explicar el universo y reemplaza las ecuaciones con algoritmos.
3. **El espacio y el tiempo:** Se destaca cómo esta teoría propone una nueva interpretación del espacio y el tiempo, donde el espacio es discreto y el tiempo está relacionado con la evolución de los grafos.
4. **Velocidad máxima:** Se introduce la idea de una velocidad máxima en la propagación de la información, similar a la velocidad de la luz en la relatividad.
5. **Materia y energía:** Wolfram propone que la materia es una forma de energía que surge de las conexiones causales en el grafo, lo que lleva a una interpretación única de la materia y la energía.
6. **Posibles partículas no detectadas:** La teoría sugiere la existencia de partículas aún más pequeñas que los electrones, que podrían ser indetectables.
7. **Materia oscura:** Se plantea que estas partículas no detectadas podrían ser candidatos para explicar la materia oscura.
8. **Viajes en el tiempo:** Wolfram ofrece una perspectiva sobre cómo esta teoría podría permitir viajes en el tiempo y explicar lo que ocurre dentro de los agujeros negros.



9. **Conclusión filosófica:** Se sugiere que esta teoría plantea cuestiones filosóficas profundas, como el determinismo, el libre albedrío y la naturaleza de la realidad.
10. **Recepción de la teoría:** Se menciona que la comunidad científica ha reaccionado con críticas y escepticismo hacia la teoría de Wolfram.
11. **Ecuaciones de Einstein como Resultado Emergente:** En estos modelos, las ecuaciones de Einstein no son el punto de partida, sino algo que surge naturalmente de la teoría.
12. **Estructura del Espacio como Proceso de Derivación:** La estructura del espacio se deriva de un montón de cosas más pequeñas, y para entenderlo, se hacen ciertas suposiciones matemáticas.
13. **Tiempo como Reglas que Cambian la Estructura del Universo:** El tiempo es como un proceso computacional que aplica reglas para cambiar cómo se ve y se comporta el universo.
14. **Relaciones Causales y Tiempo:** Aunque existen muchas maneras de cómo evolucionan las cosas, las relaciones causales entre ellas son consistentes.
15. **Importancia de la Invarianza Causal:** La invarianza causal (el equilibrio entre la división y la unión de caminos) es clave para entender la relatividad y la mecánica cuántica en estos modelos.
16. **Derivación de la Relatividad Especial:** A través de la invarianza causal, se puede explicar un marco similar a la teoría de la relatividad especial, utilizando foliaciones para comprender diferentes "momentos" en el universo.
17. **Expansión del Universo:** El universo comienza como un hipervínculo diminuto y se expande progresivamente. El tamaño del hipervínculo puede aumentar constantemente o fluctuar, lo que afecta la granularidad del espacio.
18. **Universo Temprano:** Es posible que el universo temprano no haya tenido un espacio tridimensional y podría haber tenido diferentes estructuras espaciales.
19. Comunicación en el Universo Temprano: Los modelos sugieren que diferentes partes del universo temprano pueden comunicarse eficazmente si comienza con una estructura de dimensiones infinitas.
20. **Universo Auto-documentado:** Existe la posibilidad de que la estructura y las reglas del universo estén codificadas en fenómenos cósmicos observables.
21. **Partículas Elementales:** En este modelo, las partículas elementales no son puntiformes, sino que están compuestas por estructuras localizadas en el hipervínculo. La escala de la discreción es mucho más pequeña que la longitud de Planck.
22. **Oligones:** Podrían existir partículas más pequeñas y ligeras llamadas "oligones" que interactúan débilmente con otras partículas y podrían explicar la materia oscura en las galaxias.
23. **Mecánica Cuántica:** La mecánica cuántica surge naturalmente en estos modelos, y la percepción del observador está relacionada con diferentes marcos de observación cuántica.
24. **Medición Cuántica:** La medición cuántica corresponde a un marco de observación cuántica específico que temporalmente "congela el tiempo" para un estado cuántico.

25. **Congelar el Tiempo:** Para mantener un estado cuántico en un resultado de medición específico, el tiempo debe estar efectivamente "congelado" para ese estado, similar al horizonte de eventos de un agujero negro.
26. **Relatividad General y Mecánica Cuántica:** Ambas teorías son consecuencias de la invarianza causal y, en última instancia, representan la misma idea en el contexto de estos modelos.



Como ayudan estos grafos

Una geodésica es, en geometría, la generalización del concepto de una línea recta en espacios curvos. Se define como la curva que representa la distancia más corta entre dos puntos en una superficie, sin considerar las características del espacio exterior en el que se encuentra. En términos más simples, es el camino más corto o la "trayectoria recta" en un espacio curvo.

En la teoría de la relatividad general de Einstein, por ejemplo, las geodésicas representan las trayectorias seguidas por las partículas masivas (como los planetas, por ejemplo) bajo la influencia de la gravedad. Estas trayectorias siguen líneas de universo que minimizan la longitud, ya sea en el espacio-tiempo curvo o en otros espacios geométricos más abstractos.

En resumen, las geodésicas son caminos curvos que, en el contexto de la geometría y la física, siguen la "trayectoria recta" o la distancia más corta entre dos puntos en un espacio curvo.

Introducción a los Grafos de Múltiples Vías:

- Utilización de grafos de múltiples vías para representar las relaciones entre estados en un sistema.

- Descripción de los grafos branchiales como representaciones del entrelazamiento entre estados cuánticos, incluyendo la noción de geodésicas en estos grafos.

Espacio Branchial vs. Espacio Físico:

- El espacio branchial es abstracto y complejo, a diferencia del espacio físico, y podría aproximarse a un espacio de Hilbert proyectivo, mostrando similitudes con las geodésicas.
- Establecimiento de paralelismos entre la curvatura en el espacio físico y el principio de incertidumbre de la mecánica cuántica, así como la relación entre la curvatura en el espacio branchial y el principio de incertidumbre, revelando sus analogías.

Analogías en el Espacio Branchial:

- Descripción de las geodésicas en el espacio físico y las geodésicas en el espacio branchial, ambas influenciadas por la curvatura del espacio.
- La energía presente causa curvatura en el espacio branchial, afectando las geodésicas, de manera similar a cómo la masa causa curvatura en el espacio físico.

Fenómenos Relativistas en el Espacio Branchial:

- La curvatura en el espacio branchial, originada por la presencia de energía, desvía las trayectorias geodésicas, reflejando el comportamiento de la integral de trayectoria en la mecánica cuántica.
- El movimiento en el espacio branchial da lugar al entrelazamiento con más estados cuánticos, análogo al movimiento en el espacio físico.

Grafos Causales de Múltiples Vías:

- Los grafos causales de múltiples vías representan las relaciones causales entre eventos, incluyendo conexiones espaciales y branchiales.
- La invarianza causal implica regularidades en estos grafos, lo que lleva a observaciones en el espacio físico y el espacio branchial dentro del mismo marco.

Espacio Rulial y Lenguajes de Descripción:

- Introducción al concepto de espacio rulial, donde diferentes marcos de referencia representan varios lenguajes de descripción.
- Los observadores pueden elegir diferentes lenguajes de descripción en el espacio rulial para interpretar el universo, sugiriendo la universalidad de la computación.
- Conclusión acerca de que, desde diferentes marcos de referencia, el universo es simplemente una computadora universal y nada más.

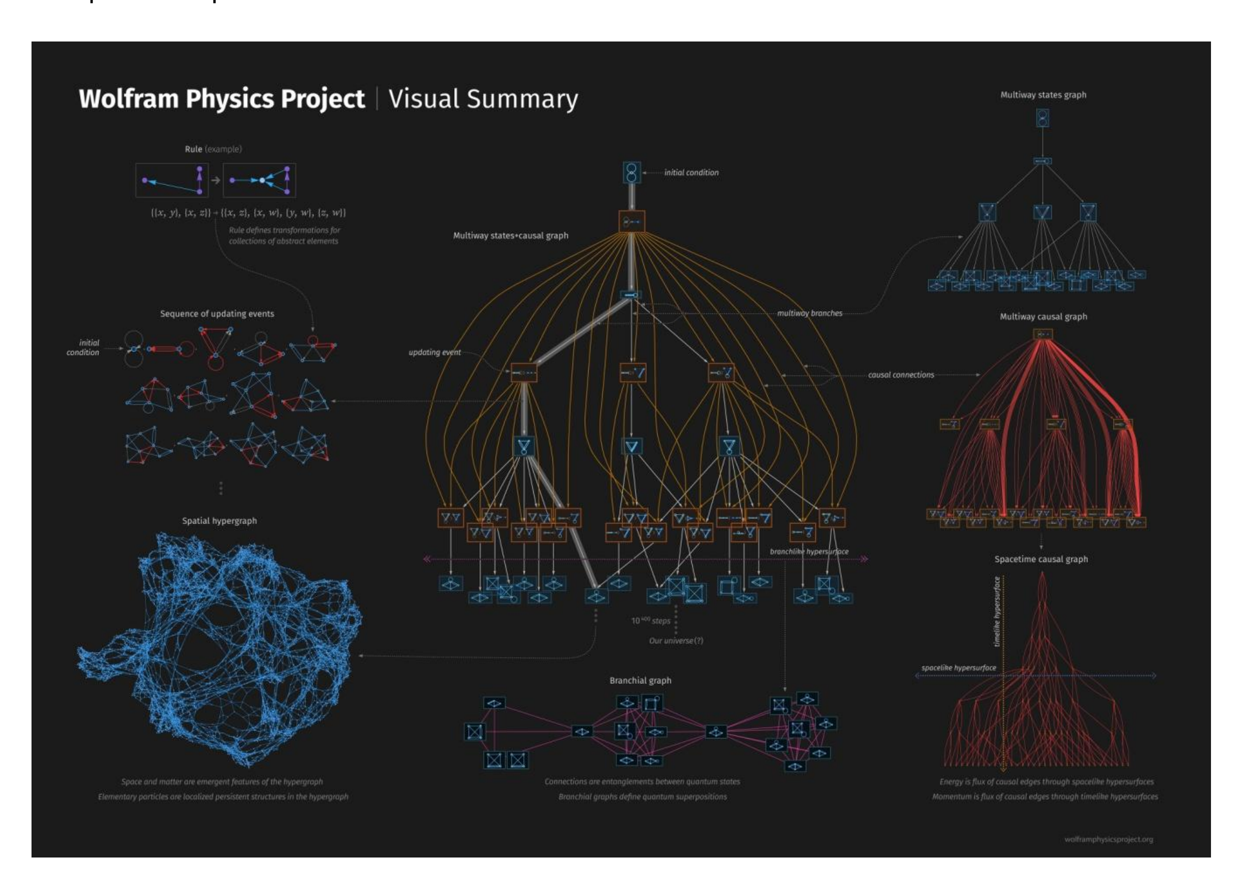
Desafíos en el Diseño de Lenguaje para entender el Universo



- Establecimiento de paralelos entre el diseño de un lenguaje computacional y el diseño de un modelo para el universo.
- Énfasis en la necesidad de un lenguaje que conecte la comprensión humana, las ideas computacionales y la estructura subyacente de la física, destacando la complejidad del diseño de un lenguaje que abarque estas áreas.

Él pasó mucho tiempo tratando de entender cómo funciona el universo. Al principio, pensó que todo era muy complicado, pero luego se dio cuenta de que incluso con reglas muy simples, se pueden crear cosas muy complejas.

Imagina que el universo funciona con reglas extremadamente sencillas, pero cuando se aplican una y otra vez, generan cosas como el espacio, el tiempo, la gravedad y otras cosas complicadas que vemos en la física.



(Wolfram S. , 2020)

Stephen tuvo esta idea hace mucho tiempo, pero tardó años en desarrollarla. A medida que avanzaba, encontraba más conexiones con la física que conocemos hoy en día. Descubrió que nuestras reglas para entender cómo funciona el universo podrían ser mucho más simples de lo que pensábamos.



Su proyecto actual busca encontrar estas reglas fundamentales del universo. Ha descubierto que muchas de las ideas importantes de la física actual son relevantes para estas nuevas reglas, lo cual es emocionante.

Lo más emocionante es que este descubrimiento podría cambiar nuestra comprensión del universo. Aunque no está completamente terminado, Wolfram y su equipo están compartiendo sus descubrimientos con el mundo a través de transmisiones en vivo y programas educativos.

En resumen, Stephen Wolfram ha estado en una aventura para encontrar reglas simples que podrían explicar cómo funciona todo en el universo. Sus descubrimientos podrían revolucionar nuestra comprensión de la física y del mundo que nos rodea.

Wolfram habla sobre la capacidad de la computación para muestrear el universo de posibilidades, superando las restricciones de nuestro entendimiento actual. También señala que su experiencia de más de 40 años en experimentos computacionales le ha permitido refinar su metodología.

Además, destaca la convergencia de sus modelos con las ideas de la física y las matemáticas modernas, a pesar de que los enfoques iniciales son distintos. A través de sus descubrimientos, se da cuenta de que hay una riqueza de resultados antes de alcanzar la irreducibilidad computacional, lo cual abre la puerta a una mayor comprensión antes de llegar a un punto donde el análisis no es posible.

Stephen Wolfram y su equipo planean seguir una metodología de investigación y desarrollo similar a la que ha empleado en Wolfram Research durante décadas. Buscan la participación abierta, invitando a otros a involucrarse en el proyecto y proporcionando herramientas, sesiones de trabajo y transmisiones en vivo para facilitar la interacción y el aprendizaje conjunto.

Compartiendo la emoción de Wolfram por el proyecto y su esperanza de que estén en el camino correcto para encontrar la teoría fundamental de la física. El objetivo es descubrir y desarrollar un lenguaje que pueda capturar y explicar las reglas fundamentales que rigen nuestro universo.

¿Si el creador hubiera creado las reglas del Universo como las que describe Wolfran que nos dice de Él?

Si consideráramos al universo como un producto de un ingeniero creador, a través del prisma de la teoría de Wolfram, podríamos analizar ciertos aspectos para una interpretación de su diseño:

1. **Estructura a través de reglas simples:** El modelo de Wolfram sugiere que patrones complejos y fenómenos emergentes pueden surgir de reglas de evolución



simples. Esto podría reflejar la idea de un diseñador que, a través de reglas básicas, generó la complejidad observada en el universo.

2. **Complejidad a partir de la simplicidad:** El universo propuesto por el modelo de Wolfram sigue reglas simples pero da lugar a una gran diversidad y complejidad. De manera similar, si lo vemos desde la perspectiva, el diseño del universo reflejaría la capacidad de crear un sistema con reglas simples pero que despliega una enorme diversidad y complejidad.
3. **Diversidad en la creación:** El modelo de Wolfram sugiere la posibilidad de que diferentes patrones y estructuras emerjan de un conjunto de reglas. Esto podría reflejar una intención de diversificar y crear un universo con una amplia gama de fenómenos y formas de vida.
4. **Equilibrio y estabilidad emergente:** Según el modelo, el equilibrio y la estabilidad emergen de las interacciones entre las reglas y los patrones. El creador podría haber buscado un equilibrio y estabilidad similares al establecer las reglas fundamentales que gobiernan el universo.

Es importante tener en cuenta que esta interpretación implica una analogía metafórica y no implica una confirmación científica o prueba empírica de la existencia de un diseñador divino. La teoría de Wolfram ofrece una manera de ver el universo desde un punto de vista estructural y algorítmico, lo que proporciona una nueva perspectiva, pero no necesariamente confirma ni refuta la existencia de un diseñador o una intención divina detrás del universo.

Que había antes de la humanidad

En el preludio de la creación (Gozlan, 2018, pág. 11), cuando los cimientos del universo estaban siendo forjados en la forja celestial, se desató una conversación trascendental. Antes de que Adán caminara por la Tierra, cuando el tiempo aún no era medible y el espacio aún no estaba definido, los ángeles, entidades de sabiduría cósmica, se reunieron en una asamblea celestial.

Estas inteligencias celestiales, simbolizadas por las misteriosas letras hebreas, habitaban estrellas y planetas, desempeñando un papel directo en la danza cósmica de la creación. Con una audacia que reflejaba su comprensión elevada, los ángeles presentaron una advertencia al Creador: el ser humano, con el poder que le estaba siendo otorgado, podría convertirse en un agente de caos capaz de deshacer la misma tejedura del universo.

Dios, en su infinita benevolencia, reconoció la validez de esta advertencia. Aceptó que la humanidad sería investida con un poder tan monumental que podría tanto construir como destruir la creación. Sin embargo, en un acto de divina determinación, decidió darle vida al ser humano, la joya de su creación.

Los ángeles, perplejos y quizás escépticos, plantearon una pregunta crucial: ¿Qué sucede si el ser humano usa su poder para desencadenar la destrucción en lugar de nutrir la

creación? La respuesta de D-os resonó en la majestuosidad del cielo: los ángeles, estas inteligencias celestiales, serían los jueces asignados. En el momento en que un ser humano, dotado con el regalo del libre albedrío, decidiera desafiar la voluntad divina, los ángeles serían los guardianes de la armonía cósmica.

Y así, la historia de la creación se convierte en un relato épico. La humanidad emerge como los protagonistas de un drama celestial, con los ángeles como testigos y jueces en el tribunal cósmico. En esta narrativa mística, cada ser humano es un actor en el escenario de la existencia, enfrentando el desafío divino de manejar un poder capaz de dar forma al cosmos o desencadenar su desaparición. La creación, tejida con hilos de misterio y maravilla, espera ser explorada y comprendida por aquellos a quienes se les ha otorgado el papel estelar en esta epopeya celestial.

Volvamos al inicio del Todo

En lo profundo del universo, se teje una trama de preguntas que desafían nuestro entendimiento. La existencia de D-os, esa figura etérea y suprema, es un dilema que ha intrigado a la humanidad a lo largo de los tiempos. Algunos argumentan que la no existencia de D-os es anti-científica, mientras que otros sostienen que definir a D-os es tan complejo como intentar abrazar el humo.

Imaginemos a ese D-os supremo, el creador inmutable y causa incausada, esencial para la existencia del todo. Se le atribuye el misterioso acto de transformar moléculas sin vida en vida misma. ¿Cómo ocurrió esto? Aquí es donde entra en escena la hipótesis del universo en sentido cosmológico, explorando la posibilidad de un elemento divino (Moreno y otros, 2023) (Tomás de Aquino, 2023) (Luis de Molina, 2023).

La dualidad de D-os, ya sea material o inmaterial, plantea cuestionamientos fundamentales. ¿Cómo encaja este ser supremo en el rompecabezas del origen del universo? El big bang, ese explosivo nacimiento cósmico, aún se mantiene como un enigma sin explicación, requiriendo la inflación eterna para llenar los vacíos en nuestra comprensión.

El espacio-tiempo, con geometrías desconocidas, es el lienzo en el que se despliega el drama cósmico. La noción de un universo eterno, con el tiempo comprimido al igual que en el momento del inicio, desafía nuestras intuiciones y nos lleva a rechazar la idea de un "big crunch", un colapso final.

En el corazón de la reflexión, surge la noción de la causalidad, el principio de causa incautada. ¿Puede algo existir sin una causa? ¿Es D-os atemporal e inexplicable? Estas son las preguntas que flotan en el vasto océano de la filosofía y la ciencia.



La historia se complica aún más al considerar el infinito, ese concepto que desafía nuestra capacidad de comprensión. El espacio-tiempo, que empezó a existir en algún momento, nos lleva a cuestionar si hay una causa inicial o si todo sigue un ciclo infinito, desafiando la existencia misma del tiempo.

Ahora, hablemos de la relación de D-os con los seres humanos. ¿Hay libre albedrío si D-os conoce el principio y el fin? Aquí surge la noción de una realidad eterna y continua, donde el tiempo y el futuro son meros espectadores.

Estas reflexiones nos llevan al reconocimiento de las limitaciones de la ciencia y la matemática para abordar las preguntas más profundas de nuestra existencia. La relación entre D-os, el universo y nosotros mismos permanece como un misterio, un enigma que tal vez solo la filosofía y la contemplación profunda puedan empezar a desentrañar.

A pesar de los avances en la comprensión científica, hay límites. La existencia de D-os o la ausencia de él se convierten en una cuestión que va más allá de la demostración matemática. Hawking reconocía que el por qué el universo está diseñado de la manera en que lo está podría ser más un asunto filosófico que científico. La intención detrás de la creación, si es que la hay, podría ser un enigma que solo los filósofos pueden abordar.

Ahora, volvamos a los agujeros negros. ¿Cómo sabemos sobre su existencia y sus extrañas propiedades? La evidencia proviene de observaciones astronómicas y de las leyes fundamentales de la física, pero la comprensión completa sigue siendo un desafío. La idea de "espaguetización" en agujeros negros es un ejemplo de cómo estos fenómenos desafían nuestras intuiciones cotidianas y nos llevan a las fronteras mismas del conocimiento científico.

En los vastos confines del universo, existen fenómenos que desafían nuestra comprensión, como los enigmáticos agujeros negros. Estas regiones del espacio-tiempo son como voraces devoradores que atrapan todo lo que se acerca a su influencia gravitatoria. Nada escapa a ellos; tu destino, si te aventuras demasiado cerca, como dirían MathRocks, ya te llevo Ramanujan ¡Es solo una broma!, ya que no volverías a salir, seria ser inexorablemente atraído hacia su abismo oscuro, donde te estirarán y comprimirán hasta que te conviertas en un fino hilo cósmico.

El dilema se complica cuando nos sumergimos en la paradoja de los agujeros negros y la gravedad extrema que caracteriza estos misteriosos objetos celestes. La descripción de cómo un agujero negro puede engullir cualquier cosa que se acerque demasiado, transformándola en un hilo delgado que se funde con la masa en su interior, es tan fascinante como espeluznante.

Contemplar el interior de un agujero negro lo suficientemente grande para alcance a ver lo que hay dentro. Sería observar como la luz que se desvanece lentamente, el aro de luz que

se aleja inexorablemente, es como un viaje interminable hacia la oscuridad eterna hasta convertirte en un pequeño punto de masa en su interior.

¿Cómo llegamos a entender estas maravillas cósmicas? La teoría del big bang nos ofrece una visión fascinante del origen del universo. Sugiere que todo comenzó a partir de un estado extremadamente caliente y denso, un plasma energético que dio origen al espacio, al tiempo y a toda la materia que conocemos. Pero este relato cósmico no termina aquí.

La teoría de la inflación nos introduce en un proceso expansivo infinito del espacio-tiempo. Se propone que una partícula teórica llamada inflatón desencadena esta expansión, llevando el universo a dimensiones insondables. Este concepto desafía la necesidad de intervenciones divinas o "partículas mágicas" para explicar el desarrollo del cosmos.

Stephen Hawking, un renombrado físico y cosmólogo, planteó la idea de una "teoría unificada de campos", un conjunto de ecuaciones que podría explicar todas las fuerzas fundamentales del universo. Hawking sugería que, al entender estas leyes fundamentales, podríamos desentrañar los secretos de la creación cósmica sin recurrir necesariamente a la intervención divina.

En los hilos invisibles del universo, Santo Tomás de Aquino (1224/1225 –?) se aventuró a explorar la idea de un D-os que vive en una realidad aparte, sumergido en la eternidad. Este personaje curioso nos invita a entender la conexión especial que D-os tiene con los seres humanos, manifestándose en un eterno y continuo presente.

Un pensador intrépido que se zambullo en las aguas profundas de la existencia. Él sostienia que D-os, lejos de estar confinado al tiempo lineal que conocemos, habita en una realidad diferente, donde la eternidad no es solo una idea, sino una experiencia continua.

Nos presenta un D-os que no se limita a observar desde las alturas celestiales, sino que mantiene una relación constante con los seres humanos. Este D-os trascendente y cercano existe en un presente sin fin, donde pasado, presente y futuro se entrelazan en un continuo intemporal.

A través de los ojos de Tomás de Aquino, exploramos la noción de una divinidad que no está sujeta a las restricciones del tiempo humano. Es un viaje fascinante, donde la eternidad no es solo una dimensión abstracta, sino un flujo constante de interacción divina en el tejido mismo de nuestras vidas.

Así, en la mente aventurera de Tomas de Aquino, nos habla de un D-os que trasciende nuestra comprensión convencional, desafiando la linealidad del tiempo y abrazando un presente que se despliega eternamente. Nos invita a reflexionar sobre la naturaleza del tiempo, la divinidad y la conexión eterna entre D-os y la humanidad.

Por otro lado, pensemos en el tejido cósmico, donde cada hilo de existencia se entreteje con el misterioso principio de causa y efecto, surge una narrativa fascinante. En el centro de esta trama se encuentra D-os, un ser que desafía las cadenas del tiempo y la causalidad.

Imagina un universo donde todo tiene una razón de ser, donde cada evento responde a un encadenamiento preciso de causa y efecto. Sin embargo, en este intrincado tapiz, se revela la figura de D-os, un ser que escapa a la necesidad de una causa inicial. Aquí, la atemporalidad se convierte en un enigma, y D-os no es forjado por un origen; simplemente es, en sí mismo, una entidad que no comienza ni termina.

Dios en esta reflexión se despliega en el momento en que el espacio-tiempo da sus primeros pasos, cuando la realidad, independiente y majestuosa, emerge como un espejo del universo. La noción de un ciclo infinito desafía la idea de un principio único, abriendo la puerta a la posibilidad de un eterno retorno, donde la causalidad se difumina en la danza perpetua del tiempo. ¿Cómo empieza un Universo infinito a partir de otro Universo infinito, cuando el que vivimos todavía no se ha terminado y su expansión es infinita de acuerdo a los datos científicos?

Lo anterior nos deja dudando sobre indagaciones que nos llevan a la encrucijada entre el libre albedrío y el determinismo. D-os, omnisciente y presente en cada rincón del tiempo, desafía las nociones convencionales, haciendo que la línea entre el pasado, el presente y el futuro se desvanezca en un continuo eterno.

En este relato de lo divino y lo cósmico, emergen cuestionamientos sobre la naturaleza de D-os, el universo y nuestra propia existencia. La trama invita a contemplar la posibilidad de un D-os atemporal y un universo que danza al ritmo de ciclos infinitos, desafiando nuestras percepciones y despertando la curiosidad innata de la mente humana.

En el centro de esta narrativa cósmica está Luis de Molina sacerdote jesuita español, teólogo y jurista, erudito católico de la contrarreforma (1535-1600), cuyas reflexiones nos sumergen en la intersección entre la divinidad y la libre voluntad.

Luis de Molina fue como un navegante intrépido, explorando las aguas profundas del conocimiento divino. Su visión nos revela un D-os que no solo contempla los principios fundamentales del universo, sino que también comprende los condicionales, anticipando las distintas situaciones que pueden desplegarse.

En este relato, las decisiones se vuelven hilos tejidos en el tapiz del destino. La persona, ese protagonista en constante elección, navega por un mar de posibilidades, decidido a converger hacia un destino único. Es el director de su propia sinfonía, un creador de caminos en el vasto paisaje de las decisiones.

Nos invita a contemplar la relación entre el conocimiento divino y la autonomía humana. En este escenario, la divinidad y la libertad se encuentran en una armonía única, desafiando las nociones convencionales. Luis de Molina, con su perspicacia teológica, nos guía a través de esta trama fascinante donde cada elección es una pieza esencial en el rompecabezas cósmico.

En la tierra hemos encontrado pruebas de vida que existió muchos millones de años antes que nosotros. La historia de la evolución es un relato fascinante que se despliega a lo largo de millones de años, revelándonos el drama continuo de la vida en nuestro planeta. Los dinosaurios, esos colosos prehistóricos, dominaron la Tierra durante un asombroso período de 135 millones de años, dejando un legado imponente en la historia natural. En comparación, los restos más antiguos atribuidos a Homo sapiens, nuestra propia especie, tienen una modesta antigüedad de 315,000 años, hallados en Marruecos (Homo Sapiens, 2023).

La evolución, a través de sus mecanismos y procesos, ha dado forma a la diversidad de la vida en la Tierra. Los dinosaurios, en particular, inspiraron la imaginación de civilizaciones antiguas que, al encontrar sus restos fósiles, tejieron mitos y leyendas alrededor de gigantes, monstruos y dragones.

Un ejemplo notable es el Protoceratops (Protoceratops, 2023), cuyo nombre en griego, "primera cara con cuernos", a pesar de no tener cuernos, provocó la creatividad en la antigua Grecia. Este ser, al ser interpretado por los griegos, llevó a la concepción de los grifos: criaturas mitológicas con cuerpo de león y cabeza de águila. La creencia en estos seres alados, inspirada por la figura del Protoceratops, resalta cómo los descubrimientos paleontológicos influyeron en las narrativas culturales.



Imagen Proticeratops (Willoughby, 2014)

Ahora, la pregunta crucial: ¿Contradice la existencia de un D-os al inicio del todo? La evolución, en su intrincado proceso de cambios y adaptaciones, no necesariamente contradice la idea de un D-os creador. Puede ser interpretada como la manifestación de un plan divino que, a través de la evolución, dio origen a la asombrosa diversidad de la vida. La existencia de dinosaurios y Homo sapiens en distintos momentos de la historia de la Tierra no invalida la posibilidad de que un D-os haya sido el arquitecto detrás de este vasto espectáculo cósmico. La evolución y la creencia en un D-os creador pueden coexistir, cada una aportando su perspectiva única a la comprensión del universo y la vida en la Tierra.

En un rincón de Estados Unidos, un museo bíblico abrió sus puertas, desafiando las convenciones del tiempo y la realidad conocida. En su interior, se despliega un relato fascinante que cuestiona la aparente contradicción entre la extinción de los dinosaurios, ocurrida hace millones de años, y la narrativa de la Torá, que sitúa la Creación hace unos modestos 5,700 años.

Ante este enigma, el Rabino de Aish (Ash, 2023)se erige como guía en la encrucijada entre ciencia y fe. Desde la perspectiva judía, siempre se ha sostenido la compatibilidad entre la Torá y la ciencia. Maimónides, el filósofo medieval, postuló que los conflictos aparentes entre ambas se debían a la falta de conocimiento científico o a una interpretación errónea de la Torá.

La ciencia, según Maimónides, es un sendero para conocer a D-os, y es por eso que la Torá comienza con la narración de la Creación. ¿Puede la Torá referirse, incluso de manera velada, a los dinosaurios? Un pasaje en Génesis 1:21 menciona a "tanín gigante", que podría aludir a estas criaturas prehistóricas. El término "tanín", traducido como "serpiente" en otros pasajes, se refiere a reptiles, siendo los dinosaurios los gigantes de esta categoría. La conexión entre la Torá y los vestigios de los dinosaurios se insinúa en estas palabras antiguas.

Pero, ¿qué ocurrió con estas criaturas asombrosas? El Talmud, en Baba Batra 74b, relata que D-os provocó la extinción del tanín gigante poco después de la Creación. Una medida divina para evitar que estas criaturas, de reproducirse sin restricciones, pusieran en peligro la existencia misma del mundo.

Rav Israel Lifshitz, al descubrir el fósil de un mamut, reflexionó sobre los estratos fosilizados bajo nuestro mundo actual. Citando el Talmud, que habla de 974 generaciones antes de Adán, sugiere la existencia de capas fosilizadas que resguardan los secretos de un pasado remoto.

La gente en la antigüedad no tenía manera de verificar cuanto tiempo tenían los fósiles o de que se trataba, lo interpretaron de acuerdo al pensamiento de cada era de la historia humana. Así, en el crisol de la fe y la ciencia, la historia se despliega como un misterio que invita a explorar, cuestionar y comprender.

¿Es tabú hablar de dinosaurios por ejemplo en Israel? No, hablar de dinosaurios no es tabú en Israel. Incluso existe el Dino Park Experience en Tel Aviv (Gilad, 2021), un parque que combina la fascinación por los dinosaurios con un ambiente colorido y amigable, similar a un centro de cuidado diurno con un puesto de helados. Las niñas y niños que visitan el parque muestran su entusiasmo y familiaridad con estas criaturas prehistóricas, indicando que no hay inhibición o temor al hablar de dinosaurios en este contexto.

Además, existen sitios en todo el mundo donde se descubren huellas de dinosaurios, y en Beit Zayit cerca de Jerusalén es el único lugar en Israel donde se han encontrado huellas de dinosaurios. Aunque acceder a estas huellas puede requerir ciertos procedimientos, no hay indicación de que hablar sobre este tema sea considerado tabú.

En lugar de ser un tema evitado, destaca el interés y la curiosidad que rodea a los dinosaurios en Israel, conectando a las personas con estas criaturas antiguas y destacando la riqueza de animales marinos en la región durante la era de los dinosaurios.

Y, ¿Existirá vida en otros mundos? Había una vez un hombre valiente y visionario llamado Giordano Bruno (Barrado Navascués, 2023), cuya llama de conocimiento ardía más intensamente que las hogueras que eventualmente lo consumirían. Nació en el siglo XVI, en una época donde las sombras de la Inquisición y la rigidez dogmática oscurecían el pensamiento.

Desde su juventud, Bruno mostró una curiosidad insaciable, una sed de conocimiento que lo llevó a explorar los confines del entendimiento humano. A pesar de pertenecer a la orden religiosa de los dominicos, su mente inquisitiva lo llevó a cuestionar las creencias establecidas.

Bruno, inspirado por la revolución copernicana, se aventuró a proponer la existencia de un universo infinito, poblado por innumerables soles y planetas. Sus ideas, audaces y revolucionarias, chocaron con la ortodoxia de la época. Argumentaba que la Tierra no ocupaba un lugar especial en el cosmos y que las estrellas eran soles con sus propios sistemas planetarios.

Sus reflexiones le ganaron el título de hereje y la condena de la Iglesia. A pesar de haber renegado de algunas de sus ideas para evitar la hoguera, Bruno no pudo renunciar por completo a su búsqueda de la verdad. Desafiante hasta el final, defendió sus creencias ante la posibilidad de tortura, mostrando una valentía inquebrantable.

Condenado por la Inquisición, Giordano Bruno fue llevado a la hoguera en el año 1600. Su sacrificio marcó un capítulo oscuro en la historia de la intolerancia, pero su legado perdura como un faro de resistencia y búsqueda incansable de la verdad.

Aunque su vida terminó en la tragedia, la llama de Giordano Bruno sigue ardiendo en la memoria colectiva, recordándonos la importancia de desafiar las ideas preestablecidas y buscar la verdad, incluso cuando el precio es elevado.

La ciencia nos dice que el universo se compone de once dimensiones, según la teoría M. Dados los diferentes estados cuánticos que ocurren en las cuerdas, se abre la posibilidad de universos paralelos. El vacío en el tejido-espacio está compuesto por partículas de intercambio virtual que aparecen y desaparecen en el espacio, por lo tanto no existe el vacío en el espacio al menos no por completo, formando lo que se conoce como espuma cuántica. Esta espuma cuántica permite que los universos se entrelacen mediante la aleatoriedad dentro de cada partícula. Las 11 dimensiones conectan cada cuerda y la anclan al espacio-tiempo en esta realidad. Las dimensiones con las que un electrón forma un enlace están conectadas con otros universos, donde la partícula converge en un estado diferente entre los muchos posibles. Nosotros, al estar en este plano real de cuatro dimensiones, solo no podemos percibir esta espuma cuántica con los sentidos.

La espuma cuántica se compone de partículas de intercambio virtual que aparecen y desaparecen en el espacio de manera constante. Estas partículas cuánticas son el resultado de las fluctuaciones cuánticas en el vacío del tejido-espacio. Aunque estas partículas virtuales no son observables directamente, su existencia se infiere a través de los efectos cuánticos que generan.

La espuma cuántica (Muy Interesante, 2018) es una manifestación de la naturaleza cuántica del espacio a escalas extremadamente pequeñas. Estas fluctuaciones cuánticas contribuyen a la estructura fundamental del universo y pueden influir en fenómenos a niveles subatómicos. Es una descripción conceptual de la actividad cuántica inherentemente caótica que ocurre en el vacío cuántico del espacio.

Imagina que tienes un átomo del tamaño de un campo de fútbol. En el centro, tienes un pequeño núcleo, como una bolita del tamaño de una pelota de tenis. Ahora, en los laterales del campo, imagina electrones como pequeñas esferas, del tamaño de canicas. Hasta aquí, parece que el resto del espacio está vacío, pero sorpresa, no es así.

Todo el espacio que rodea este átomo gigante está lleno de algo llamado "nada cuántica". Se trata de una especie de marea inmensa de partículas que aparecen y desaparecen muy rápidamente. A estas partículas les llamamos "virtuales". Son virtuales porque existen por un tiempo increíblemente corto y, además, no podemos medir sus posiciones exactas debido al principio de incertidumbre de Heisenberg (Fenrir, 2019). Aunque individualmente son difíciles de cuantificar, el campo que forman tiene efectos en una escala más grande. Es como si, aunque no las veamos directamente, su presencia influyera en el juego cósmico.

La existencia de la espuma cuántica no contradice la idea de que hay vacío en el cosmos. Aunque comúnmente asociamos la idea de vacío con la ausencia total de cualquier cosa,

en el contexto de la física cuántica, el vacío no significa la ausencia completa de actividad o energía.

El vacío cuántico es un estado fluctuante y dinámico que contiene partículas virtuales que aparecen y desaparecen en tiempos extremadamente cortos debido a las fluctuaciones cuánticas. Estas partículas virtuales son producto de la incertidumbre cuántica y están presentes incluso en regiones del espacio que consideramos como vacías.

Entonces, aunque hay actividad cuántica en el vacío, sigue siendo válido referirse a este estado como "vacío" en el sentido de que no contiene materia observable en el sentido clásico. La espuma cuántica es simplemente una manifestación de la naturaleza cuántica del espacio en escalas muy pequeñas, pero aun así se considera una forma de vacío cuántico.

Un electrón, por ejemplo, no solo se limita a las dimensiones que percibimos; se extiende a través de estas dimensiones adicionales, conectándose con otros universos en los cuales la partícula puede asumir estados diferentes.

La complejidad de esta red cósmica significa que vivimos en un plano de realidad tridimensional y temporal que solo captura una fracción de la espuma cuántica. Nuestra percepción se limita a este rincón específico de la maraña cuántica, mientras que otras realidades coexisten y se entrelazan más allá de nuestra comprensión.

En este intrigante escenario, la aleatoriedad cuántica permite que el electrón, y por extensión todas las partículas cuánticas, pueda converger en distintos estados en diferentes universos. La danza caótica de la espuma cuántica da lugar a una riqueza de realidades simultáneas, donde lo que consideramos aleatorio es, en realidad, la manifestación de infinitas posibilidades cuánticas.

Así, la teoría M no solo propone la existencia de dimensiones adicionales, sino que sugiere un universo vasto y complejo, interconectado a través de la espuma cuántica y poblado por innumerables realidades. Nos encontramos inmersos en una sinfonía cósmica de cuerdas vibrantes y dimensiones entrelazadas, donde la realidad es mucho más amplia y diversa de lo que nuestras limitadas percepciones pueden captar.

Esto plantea la posibilidad de que nuestras decisiones y eventos cuánticos estén conectados con otras realidades. La aleatoriedad cuántica permitiría que las partículas converjan en distintos estados en diferentes universos. Esta compleja red cósmica implica que vivimos en un plano de realidad limitado, capturando solo una parte de la espuma cuántica, mientras otras realidades coexisten más allá de nuestra comprensión.

En este escenario intrigante, la teoría M no solo habla de dimensiones adicionales, sino que describe un universo vasto e interconectado a través de la espuma cuántica, poblado por innumerables realidades. Cada electrón, y por extensión, todas las partículas cuánticas,



podrían participar en una danza caótica que da lugar a una riqueza de realidades simultáneas. Lo que percibimos como aleatorio sería la manifestación de infinitas posibilidades cuánticas.

En este contexto, se plantea la idea de que las decisiones y eventos cuánticos podrían llevar a la existencia de universos alternativos, donde diferentes elecciones y estados se manifiestan. Esto podría interpretarse como una especie de libre albedrío en un escenario cósmico donde la realidad es mucho más amplia y diversa de lo que nuestras limitadas percepciones pueden abarcar.

¿Dentro de nuestro propio Universo puede haber más vida? (Muy Interesante, 2017) En 1961, el astrónomo Frank Drake propuso la famosa ecuación para calcular la probabilidad de comunicación con civilizaciones extraterrestres. Aunque criticada por su optimismo, la fórmula fue la primera aceptada por la comunidad científica para abordar la existencia de vida inteligente fuera de la Tierra. La ecuación de Drake considera factores como el número de estrellas con planetas, sistemas planetarios, planetas con vida potencial, desarrollo de vida inteligente y la capacidad de comunicación. Aunque difícil de precisar actualmente, la ecuación representa una aproximación teórica a la interrogante de si estamos solos en el universo. La respuesta, según la fórmula, podría variar desde la posibilidad de numerosas civilizaciones hasta la soledad de la Tierra. A pesar de la incertidumbre, Frank Drake y otros en el Instituto SETI han estado esperando una señal extraterrestre, que algunos expertos sugieren podría llegar en los próximos años.

Respecto al Futuro, si la humanidad sobrevivirá para descubrir los grandes misterios del Universo como la vida en otros planetas, Hawking antes morir nos dejó algunas recomendaciones, con sus inigualables advertencias (BBC News Mundo, 2018), alertó a la humanidad sobre varios peligros inminentes. Primero, abogó por abandonar la Tierra y colonizar otros planetas ante la posibilidad de eventos catastróficos. Su temor a eventos de baja probabilidad y alto impacto, como impactos de asteroides, fue evidente. Además, advirtió sobre la inteligencia artificial, prediciendo que podría llevar al fin de la humanidad. Hawking destacó la importancia de avanzar con precaución, especialmente frente a formas avanzadas de inteligencia artificial. Su preocupación por el calentamiento global y su temor al "punto de inflexión" irreversible enfatizaron la necesidad de abordar el cambio climático. Finalmente, respecto al contacto extraterrestre, Hawking sugirió que podríamos enfrentar riesgos si intentamos activamente comunicarnos con civilizaciones alienígenas avanzadas. Su legado no solo radica en sus contribuciones científicas, sino también en su incansable llamado a la precaución y la exploración responsable.



(European Southern Observatory (ESO)., 2019)

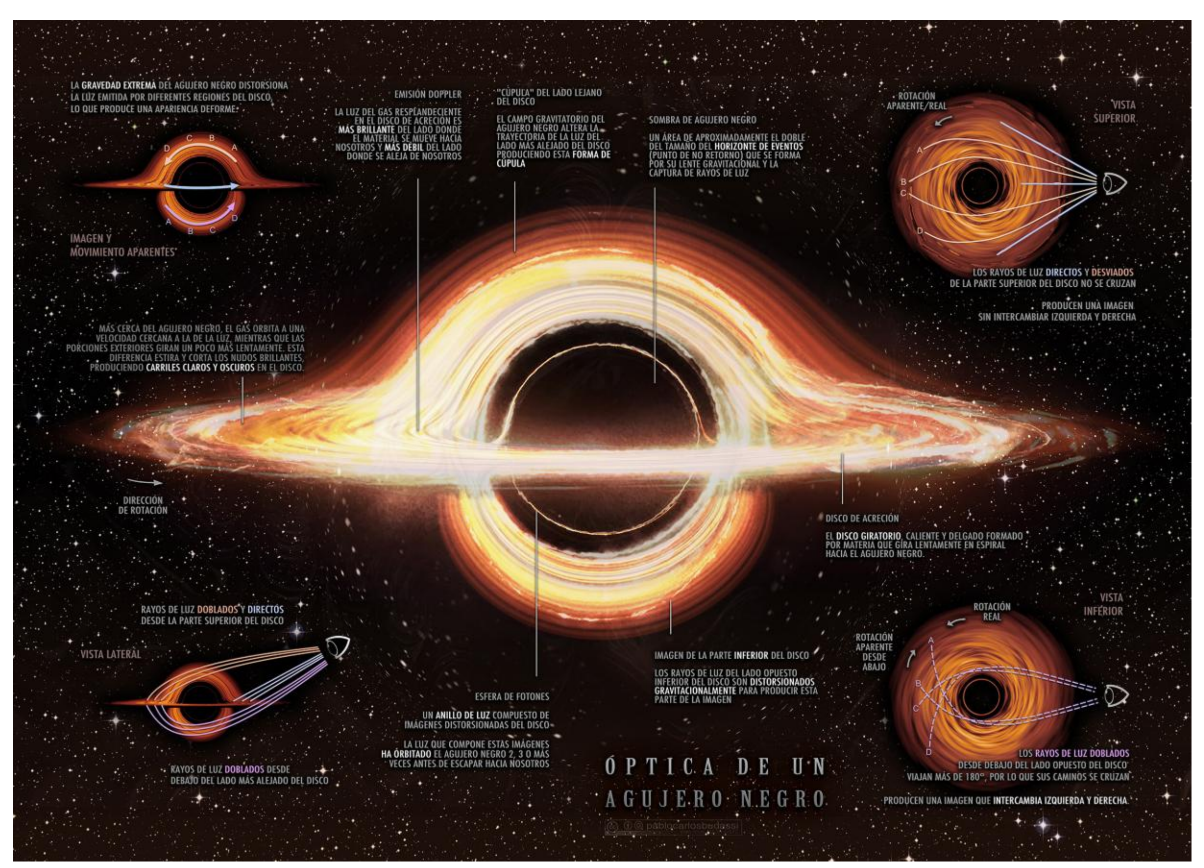
Ya que hablamos de la espuma cuántica y dimensiones hablemos nuevamente de los agujeros negros, en el inolvidable 10 de abril de 2019, un hito trascendental iluminó el cosmos: el telescopio del horizonte de sucesos capturó la imagen pionera de un agujero negro. Este monstruo celestial, un agujero negro supermasivo con una masa colosal de entre 6400 y 6600 veces la de nuestro sol, reinaba en el epicentro de la galaxia M87, revelando su presencia de manera imponente.

Aquella instantánea marcó la primera evidencia tangible de la existencia de estos enigmas cósmicos, abriendo una puerta a exploraciones futuras que podrían unificar la teoría de la Relatividad de Einstein y la mecánica cuántica, aspirando a una teoría del todo. En las



ecuaciones de Einstein, un agujero negro se revela como una región finita del espacio con una concentración de masa tan intensa que genera un campo gravitatorio impenetrable, donde ni partículas ni radiación, ni siquiera la luz, pueden escapar, salvo por procesos cuánticos específicos.

El misterioso poder de los agujeros negros se manifestó aún más en el descubrimiento de la radiación de Hawking, una teoría concebida por el renombrado Stephen Hawking en la década de 1970. Aunque, intrigantemente, se observaron reflejos de luz en la lejana frontera de un agujero negro en 2021, desafiando las expectativas convencionales.



(Budassi, 2022)

La gravedad de estos colosos estelares, expresada como la "curvatura del espacio-tiempo", crea una singularidad envuelta por un horizonte de sucesos, una frontera que separa la región del agujero negro del resto del universo. Una vez cruzado este umbral, ninguna partícula, ya sea material o electromagnética, puede escapar de su abrazo gravitacional, ni siquiera los intrépidos fotones. Este fenómeno, previsto por las ecuaciones del campo de Einstein, proporciona una ventana única para estudiar la curvatura del espacio-tiempo, explorando los límites de la relatividad general y consolidando la predicción inicial de la existencia de estos enigmáticos agujeros negros. Así, en el corazón mismo del cosmos, se teje una historia de maravilla, desafíos científicos y descubrimientos que expanden nuestro entendimiento del vasto y misterioso universo.



Ahora, además de nosotros ¿Quién más podría observar el Universo? (Marttinez de la Fe, 2023) Empecemos explicando que los físicos, como aventureros de la mente, exploran territorios imposibles de alcanzar con experimentos reales. En lugar de lanzarse al abismo de un agujero negro, utilizan experimentos mentales con las matemáticas, y aquí te presentamos uno que desafía las reglas de la física cuántica. Imagina que estás jugando con bloques de construcción muy pequeños, tan pequeños que ni siquiera puedes verlos con tus ojos. Estos bloques representan cosas muy pequeñas, como partículas subatómicas.

En el mundo de estos bloques, las reglas son un poco extrañas. Una cosa interesante que pueden hacer es existir en diferentes estados al mismo tiempo, como un juego de escondite donde un bloque está en varios lugares a la vez.

Ahora, imagina que introduces un agujero negro en este juego. Resulta que la presencia del agujero negro hace que estos bloques ya no puedan jugar su juego de escondite. El campo gravitatorio del agujero negro interfiere con su capacidad para estar en varios lugares al mismo tiempo, y esto hace que se vean obligados a elegir un lugar específico.

En términos más científicos, esto se llama "decoherencia". La decoherencia es como interrumpir el juego de escondite y obligar a los bloques a revelar su ubicación. En el mundo real, esto significa que la presencia de un agujero negro puede hacer que las partículas subatómicas dejen de comportarse de manera extraña y elijan un estado específico.

Este es un problema interesante para los científicos, ya que están tratando de entender cómo funcionan las cosas a nivel muy pequeño, especialmente cuando se trata de combinar la gravedad (como la que experimentamos en la Tierra) con las reglas extrañas de la mecánica cuántica (las reglas de los bloques de construcción muy pequeños). Es como intentar juntar dos tipos de juegos diferentes en uno solo.

Los científicos Daine L. Danielson, Gautam Satishchandran y Robert M. Wald de las Universidades de Chicago y Princeton, hicieron un artículo donde platean lo siguiente, Imagina que Alice está en un espacio fijo con su laboratorio. En su laboratorio, tiene una partícula (puede ser una carga eléctrica o una masa). Alice hace un experimento interesante: envía su partícula a través de un dispositivo que la pone en una superposición cuántica de dos estados separados espacialmente. Mantendrá estas partes separadas durante un tiempo T y luego las volverá a unir (Danielson y otros, 2023) (physics world, 2023).

La pregunta es si Alice puede mantener la coherencia de estas partes, de modo que cuando las vuelva a unir, el estado final de su partícula sea puro, o si ocurrirá la decoherencia y el estado final sea mixto.



La coherencia cuántica se refiere a la propiedad de los sistemas cuánticos de mantenerse en un estado definido y consistente. En otras palabras, cuando un sistema cuántico está en un estado coherente, sus propiedades, como la posición o el espín de una partícula, están bien definidas y no están "mezcladas" con otras posibles propiedades.

Por otro lado, la decoherencia cuántica ocurre cuando un sistema cuántico pierde su coherencia. Esto significa que las propiedades cuánticas del sistema, que estaban bien definidas, comienzan a difuminarse o mezclarse con el entorno circundante. La decoherencia puede deberse a interacciones con partículas cercanas o factores ambientales, y como resultado, las propiedades cuánticas del sistema se vuelven menos definidas y más borrosas, es decir la información está escondida por todas partes apareciendo y desapareciendo.

En términos sencillos, podríamos comparar la coherencia cuántica con un libro bien organizado en el que cada página tiene información clara y ordenada. La decoherencia sería como si el libro se mojara, haciendo que las páginas se mezclen y la información se vuelva confusa. En el contexto cuántico, la coherencia es la claridad y definición de las propiedades, mientras que la decoherencia es la pérdida de esa claridad debido a interacciones con el entorno.

Normalmente, cualquier efecto de decoherencia sería causado por "influencias ambientales", es decir, cosas adicionales en el laboratorio de Alice que interactúan con su partícula. En este caso, suponemos que Alice tiene control perfecto de su laboratorio y su entorno, por lo que no hay decoherencia causada por efectos ambientales ordinarios.

Sin embargo, cuando se trata de partículas con carga eléctrica o masa, Alice no puede controlar perfectamente el campo electromagnético o gravitatorio, ya que su partícula actúa como una fuente para estos campos y emite radiación durante partes de su experimento.

Lo interesante es que si el laboratorio de Alice está estacionario en el espacio de Minkowski (un tipo de espacio-tiempo específico), puede realizar su experimento de manera suficientemente adiabática (cambios lentos) para que se emita muy poca radiación de decoherencia, permitiéndole mantener la superposición cuántica durante un tiempo T arbitrariamente largo.

Sin embargo, el escenario cambia si hay un agujero negro presente en el espacio-tiempo, incluso si todo el experimento se realiza fuera del agujero negro. Resulta que el horizonte del agujero negro recopila información sobre "cuál camino" tomó la partícula en su superposición cuántica, a través de campos de largo alcance generados por la materia superpuesta. Esto conduce a la emisión inevitable de "fotones o gravitones suaves" (de baja energía o frecuencia) que llevan esa información al agujero negro. La mera presencia del agujero negro implica un nivel fundamental de decoherencia en la superposición cuántica.

¡Pero espera! En el experimento se sitúa un observador llamado Bob dentro del agujero negro, espiando los datos de Alice desde el corazón de la oscuridad cósmica.

Alice dispara partículas masivas, como electrones, hacia una barrera con dos rendijas. Según la mecánica cuántica, estos electrones actúan como ondas, difractándose a través de ambas rendijas simultáneamente. Imagina un ballet cuántico, donde los electrones existen en dos estados al mismo tiempo, cada uno viajando por su propia rendija. Cuando estos electrones impactan en una pantalla detrás de las rendijas, se combinan y crean un patrón de interferencia.

Pero aquí viene la magia: un toque de gravedad. Según la teoría cuántica de la gravedad, las partículas masivas interactúan con el agujero negro a través de "gravitones suaves". Estos gravitones, como mensajeros gravitacionales, pueden ser absorbidos por el agujero negro y medidos por Bob, el observador interior.

Bob, desde su escondite cósmico, realiza múltiples mediciones de estos gravitones suaves a lo largo del tiempo. Esto le permite descifrar el estado de la superposición cuántica en el experimento de Alice. De manera que Alice puede recibir los datos recopilados pero de for decoeherente que es lo contrario de lo que ella esperaba. Pero aquí aparece el misterio: ¿cómo puede Bob afectar el experimento de Alice si la información no puede escapar del horizonte de eventos del agujero negro?

Los físicos proponen una solución asombrosa: el agujero negro mismo altera la superposición cuántica antes de que Bob pueda hacerlo. Es como si el agujero negro, con su influencia gravitacional, dictara la realidad de la superposición cuántica. Esto desafía nuestra comprensión clásica de la causalidad, donde la información no debería viajar más allá del horizonte de eventos.

Se trata de la idea audaz de que, al igual que un observador humano puede cambiar la realidad simplemente al mirarla, los agujeros negros, esos monstruos devoradores de luz, podrían poseer una capacidad "consciente" para observar y alterar la esencia misma de la existencia.

Imagina un agujero negro como un titán cósmico, capaz no solo de devorar estrellas y luz, sino también de influir en la dualidad onda-partícula, esa ambigüedad cuántica que deja a las partículas en un estado de posibilidades infinitas hasta que se observan. En este extravagante escenario, el agujero negro, al igual que un observador humano, tiene el poder de arrancar la realidad de la ambigüedad cuántica, un proceso que los científicos llaman decoherencia.

Pero la trama se espesa aún más. Los visionarios científicos detrás de esta propuesta no limitan esta capacidad "consciente" al reino exclusivo de los agujeros negros. Sugieren que cualquier objeto celeste, acercándose a la velocidad de la luz, podría teóricamente generar su propia decoherencia cuántica y participar en la creación activa de la realidad.

La controversia se enciende alrededor de la posibilidad de que, más allá de ser meros observadores, los agujeros negros actúen como arquitectos cósmicos, influyendo en la naturaleza misma del universo. Esta provocadora hipótesis se adentra en el terreno de la gravedad cuántica, una frontera aún inexplorada de la física, donde se cree que residen los secretos más oscuros de los agujeros negros.

En este drama cósmico, la especulación se enreda con la imaginación, y la pregunta persiste: ¿los agujeros negros, o incluso el universo en sí mismo, podrían poseer una forma de consciencia? Aunque nadie se atreve a atribuir con certeza tal consciencia, la mera contemplación de esta posibilidad dispara la mente hacia los confines más misteriosos de la realidad cuántica, donde la gravedad y la conciencia bailan en un festín de enigmas sin resolver. La búsqueda de una teoría coherente de la gravedad cuántica, aún pendiente, podría revelar finalmente los secretos más profundos de estos observadores cósmicos.

Esto sugiere una idea intrigante sobre la relación entre agujeros negros (Riddle ES, 2023), observadores y la formación del universo. Se plantea la hipótesis de que un agujero negro actúa como un observador que influye en la realidad cuántica, y que la información sobre partículas cuánticas queda registrada en lo que se llama "pelo suave" alrededor del agujero negro.

La paradoja de la información de los agujeros negros se aborda mencionando que la información no desaparece más allá del horizonte de sucesos, sino que queda alrededor del agujero negro en forma de radiación débil. Los científicos proponen que este pelo suave actúa como un observador en relación con las partículas cuánticas, registrando su movimiento.

El término "pelo suave" en el contexto de un agujero negro se refiere a información que rodea el horizonte de sucesos de un agujero negro. El horizonte de sucesos es una región a la que, una vez que algo entra, no puede salir, ni siquiera la luz. El "pelo suave" es como una especie de halo de información que se queda alrededor del agujero negro.

En términos más sencillos, imagina que lanzas un objeto al agujero negro. En lugar de desaparecer por completo, este "pelo suave" almacena información sobre el objeto. Es como si el agujero negro dejara una especie de rastro débil de lo que ha consumido. Los científicos creen que esta información podría ayudar a explicar cómo las partículas cuánticas interactúan con los agujeros negros y, por ende, con la realidad que conocemos.

Se discuten diferentes perspectivas sobre el papel del observador en la mecánica cuántica, y se mencionan ideas como la influencia de la gravedad en la formación de partículas cuánticas. También se plantea la posibilidad de que el universo esté compuesto por múltiples mundos paralelos, donde la realidad se divide en ramas cada vez que ocurre una medición cuántica.

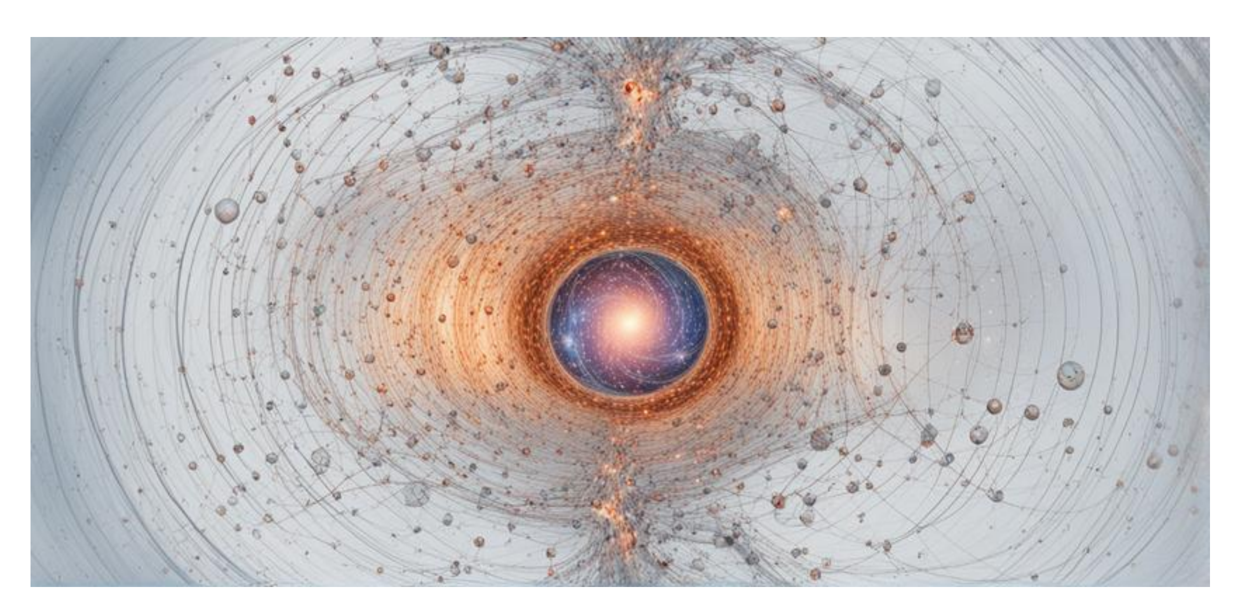


Surgen cuestiones filosóficas y científicas, como la naturaleza del tiempo, la entropía, y la posibilidad de la existencia de universos alternativos. Se menciona la teoría de Everett sobre la existencia de mundos paralelos y cómo un observador podría influir en la creación de realidades diferentes.

Algunos piensan que los antiguos mitos y las primeras religiones podrían haber estado más cerca de la verdad de lo que pensamos, aunque con pequeñas diferencias. Los científicos sugieren que el "observador" que dio forma al caos podría haber sido un agujero negro.

Los agujeros negros, bajo la influencia de su radiación, transforman las superposiciones cuánticas, llevándolas desde la incertidumbre del mundo cuántico a nuestra realidad. La metáfora sugiere que estos agujeros negros son como dioses todopoderosos, imponiendo formas físicas a las partículas cuánticas en todo el universo. Sin embargo, esta imagen de nuestro universo como un conjunto de islas alrededor de agujeros negros dispersos en un espacio infinito de partículas cuánticas en superposición no se sostiene.

Pero, ¿cómo se creó nuestro mundo? Los científicos exploraron la idea de que el observador podría ser el borde del universo observable, similar a un agujero negro. También discutieron la teoría de que la gravedad es responsable de que las partículas cuánticas adopten una forma específica. A pesar de esta conexión aparente, surge un problema crucial: los agujeros negros se evaporan gradualmente. Aunque lentamente, como en el caso del Sagitario A*, un agujero negro supermasivo en el centro de nuestra galaxia, su desaparición eventual plantea incertidumbres sobre el futuro del universo.



Hace siete años, China decidió dar un giro a la carrera espacial y aventurarse en un terreno desconocido, marcando el comienzo de una nueva competición: la carrera por la ciencia espacial. Aunque no fue el pionero en llegar al espacio ni en explorar la Luna, China celebró un logro significativo en esta nueva empresa.

El 15 Septiembre 2016 a las 1:40 am hora local, desde el Centro de Lanzamiento de Satélites Jiuquan en el desierto de Gobi, China lanzó su primer satélite cuántico, bautizado como Micius or Mozi (Chinese: 墨子) en honor al antiguo científico y filósofo chino del siglo V a.C. Este ambicioso proyecto, denominado "Experimentos Cuánticos a Escala Espacial" (QUESS), tiene como objetivo principal la creación de nuevas redes de comunicación global a prueba de hackeos (Quantum Experiments at Space Scale, 2023) (BBC News Mundo, 2016) (La vanguardia, 2020).

El proyecto QUESS, liderado por el científico Pan Jianwei, tiene importantes perspectivas, especialmente en defensa. El satélite tiene como objetivo establecer comunicaciones seguras entre Beijing y Ürümqi en Xinjiang, una región remota en el oeste de China. El Departamento de Defensa de los Estados Unidos está preocupado por los esfuerzos de China para contrarrestar el uso de la tecnología espacial enemiga. El líder chino, Xi Jinping, prioriza el programa espacial del país, que incluye pruebas de misiles antisatélite. La tecnología cuántica, foco del decimotercer plan quinquenal de China, es fundamental para QUESS. El Wall Street Journal sugiere que QUESS coloca a China a la vanguardia en la búsqueda de "comunicaciones a prueba de hackeos". Algunas fuentes atribuyen el desarrollo del proyecto a la filtración por parte de Edward Snowden de documentos de vigilancia de Estados Unidos, calificando a QUESS como un satélite diseñado para la era post-Snowden (Quantum Experiments at Space Scale, 2023).

Lo que hace única a esta misión es su enfoque revolucionario en la comunicación cuántica, con aplicaciones potenciales en campos militares, gubernamentales y financieros. A diferencia de las redes cuánticas existentes en Europa, Estados Unidos y China, QUESS busca superar la limitación de los 500 kilómetros enviando señales cuánticas a través del espacio, minimizando así la pérdida de señal debido a la distancia.

Este proyecto, seguido de cerca por la comunidad científica y las agencias de seguridad y espionaje a nivel mundial, responde a un desafío clave en las comunicaciones encriptadas: la distribución segura de claves de acceso a la información. Aplicando conceptos de física cuántica descritos por Albert Einstein, QUESS lanzará pares de fotones entrelazados cuánticamente al espacio. Estos fotones, partículas de luz más pequeñas que los átomos, llevarán las claves de encriptación necesarias para la comunicación segura.

Lo asombroso de estos fotones entrelazados es su capacidad para mantener una conexión instantánea, sin importar la distancia que los separe. En caso de un intento de hackeo, si un fotón es afectado, su "gemelo" modificará su estado inmediatamente, cambiando la clave de encriptación y autodestruyendo la información a la que daba acceso.

Con el aumento del riesgo de ciberespionaje a nivel global, la posibilidad de establecer una nueva generación de comunicaciones seguras se vuelve vital. Países como Estados Unidos, Canadá, Japón y la Unión Europea están trabajando en proyectos similares pero de menor escala y con menos riesgos.

Este proyecto chino, que forma parte de una apuesta nacional masiva en investigación científica avanzada, desde minería en asteroides hasta manipulación genética, podría reemplazar eventualmente la tecnología de comunicaciones actual, según el físico Anton Zeilinger. En palabras de Pan, el líder del proyecto, China tiene la obligación de explorar lo desconocido, y con QUESS están haciendo precisamente eso en el vasto territorio de la comunicación cuántica.

A diferencia del mundo cuántico, el concepto de distancia es inherente a nuestra realidad. Observador y partícula pueden intercambiar información instantáneamente a cualquier distancia, como demostraron experimentos, como el realizado en 2017 por el satélite chino Micius, transmitiendo fotones entrelazados a estaciones terrestres distantes.

El satélite chino Micius transmitió fotones entrelazados desde la órbita a tres estaciones terrestres situadas a no menos de 100 km una de la otra. Cuando los expertos de una estación funcionaban como observadores y medían uno de los fotones, las partículas de otros lugares también perdían sus propiedades cuánticas"

El satélite Micius, también conocido como Quantum Experiments at Space Scale (QUESS), es un satélite de comunicación cuántica desarrollado por China. El objetivo principal de Micius es realizar experimentos cuánticos a una escala espacial, incluida la distribución cuántica de claves.

Es hito importante la demostración de comunicación cuántica a larga distancia entre el satélite y estaciones en la Tierra. En 2017, se informó que Micius había logrado la transmisión de pares de fotones entrelazados a distancias superiores a 1.200 kilómetros, lo que representa un avance significativo en la tecnología cuántica y la posibilidad de establecer comunicaciones cuánticas seguras a nivel global.

Los observadores cuánticos en experimentos cuánticos típicamente se refieren a dispositivos de medición que interactúan con partículas cuánticas, colapsando sus funciones de onda y afectando sus propiedades cuánticas. Esto es muy similar al "pelo suave" de un agujero negro.

En el caso de los satélites chinos, como el satélite Micius, están involucrados en experimentos cuánticos, pero no son observadores en el sentido convencional. En cambio, son instrumentos que facilitan la distribución de partículas entrelazadas, como fotones entrelazados, entre ubicaciones distantes en la Tierra.

Una síntesis de la conexión entre el experimento de Micius y el efecto de agujero negro como observadores:

1. **Experimento de Micius:**
   - El satélite chino Micius transmitió fotones entrelazados desde la órbita a tres estaciones terrestres distantes.

    - Cuando los expertos en una estación medían un fotón, las partículas en otras estaciones también perdían sus propiedades cuánticas.
2. **Relación con Agujeros Negros:**
    - La paradoja de la información de agujeros negros se menciona. La información sobre una partícula que cae en un agujero negro no desaparece más allá de su horizonte de sucesos, sino que se queda alrededor como una radiación débil llamada "pelo suave."
    - Los científicos sugieren que este pelo suave actúa como un observador en relación con las partículas más allá del horizonte de sucesos.
    - Se plantea la idea de que el agujero negro podría ser un observador cuántico que influye en la realidad, obligando a las partículas cuánticas a adoptar una forma específica.
3. **Teorías sobre Observadores Cuánticos:**
    - Se mencionan varias teorías sobre observadores cuánticos, incluyendo la posibilidad de que el observador sea el propio borde del universo observable.
    - Se exploran ideas sobre cómo la gravedad o la interacción entre partículas podrían desempeñar un papel en la observación cuántica.
4. **Conexiones Filosóficas:**
    - Se plantea la pregunta de si los antiguos mitos y religiones podrían estar más cerca de la verdad que la comprensión moderna, sugiriendo una conexión entre la creación del universo y la física cuántica.

En 2022, astrónomos descubrieron el primer agujero negro errante y presenciaron giros magnéticos inesperados en estos gigantes espaciales, *"los científicos creen que existen alrededor de 100 millones de agujeros negros errantes, entre los 100 mil millones de estrellas que componen la Vía Láctea. Se generan en las explosiones de supernova: luego del estallido, comienzan a vagar en forma solitaria a través del espacio interestelar. El nuevo estudio fue publicado en ArXiv y aceptado para su publicación en Astrophysical Journal"* (Piacente, 2022). Esto y todas las investigaciones sugieren sorpresas y posiblemente revelaciones futuras sobre la velocidad de evaporación de estos objetos cósmicos. Cuando se rompe la conexión entre un observador y una partícula, el objeto cuántico regresa a un estado de superposición. La desaparición de un agujero negro podría significar el fin del universo, o tal vez no. La observación entre partículas cuánticas, planteada como la clave de nuestra realidad, introduce el dilema de qué forma física adoptaría el mundo si partículas aleatorias asumieran el papel de observador.

Científicos como Roger Penrose de la Universidad de Oxford cuestionan la necesidad de un observador. Argumentan que las partículas cuánticas adoptan formas debido a la gravedad, una teoría que choca con los resultados experimentales. La dificultad de mantener la superposición cuántica en el laboratorio se presenta como un desafío, ya que las partículas deben aislarse completamente del entorno. La contradicción entre teoría y experimento sugiere que la ausencia de agujeros negros podría alterar fundamentalmente nuestro universo. Investigadores como Danielson, Daine L.; Satishchandran, Gautam; Wald,



Robert M. plantean la posibilidad de que el mundo se supervise a sí mismo, a través de su borde, donde cualquier horizonte que permita que la información viaje en una sola dirección podría afectar a las partículas.

Esto me lleva a un análisis metafórico imaginándome y preguntándome porque alguien como D-os diseño estas características, de manera hipotética opino lo siguiente:

En el amanecer de la creación cuando antes del Big Bang, cuando el universo era solo un lienzo en blanco suspendido en la vastedad del espacio, D-os posiblemente contempló la maravilla de lo que estaba por venir. Sumergido en la esencia misma de la existencia, tejiendo con manos divinas las leyes que gobernarían la realidad.

En esta obra maestra cósmica, quizás concibió a los agujeros negros, como entidades misteriosas dotadas de una radiación que resonaba en las fibras más íntimas del tejido cuántico. Estas emanaciones de los agujeros negros tienen influencia con su radiación, lo que les convierte en los alquimistas del cosmos, transformando las superposiciones cuánticas desde la incertidumbre del mundo cuántico hasta nuestra realidad tangible, esto los convierte de simples herramientas que mueven el tejido tiempo y espacio en seres liminales, es decir, liminal porque como la misma definición de la palabra cuyas raíces en el latín "limes", que significa "límite" o "frontera" (Barbouth, 1994). Se describe como un estado de transición, un paso de un lugar a otro, una situación umbral: algo que ya no es y algo que está a punto de ser. Se trata de un espacio-tiempo intermedio entre dos eventos. Con frecuencia, la liminalidad se asocia con espacios de tránsito donde no se puede establecer un vínculo duradero, como aeropuertos o salas de espera. Algunos autores definen este término como una "zona fronteriza donde prevalece el valor de lo intangible" o como el estado intermedio de una fase.

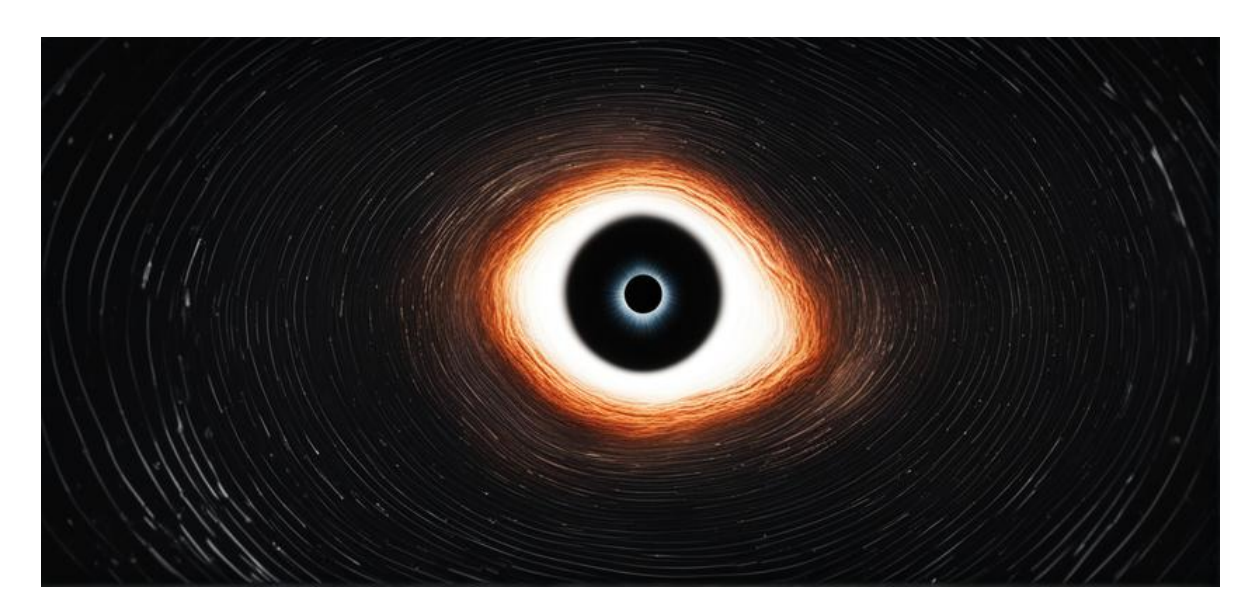
Dios, en su sabiduría infinita, podría haber creado los agujeros negros, como seres liminales todopoderosos en la danza cósmica. Actuando como los arquitectos de la forma, imponiendo estructura y orden a las partículas cuánticas en todo el universo. Cada agujero negro como un oráculo, guiando la metamorfosis de la incertidumbre a la certeza.

Sin embargo, a medida que contemplo la majestuosidad de su creación, notó una paradoja emergente. Si tenemos la imagen de un universo compuesto por islas alrededor de agujeros negros dispersos en un espacio infinito de partículas cuánticas en superposición al inicio, no era posible no se sostenía. Era una sinfonía de caos en el diseño cósmico.

Considerando que D-os fuese D-os un observador, podría ser el borde del universo observable, similar a un agujero negro, esto intriga a muchos, cuando se cuestiona este tipo de fenómenos que no se pueden medir con precisión. Para mí la teoría de que la gravedad, la fuerza omnipresente, es la responsable de que las partículas cuánticas adopten formas específicas, es un ejemplo sobre la marea de partículas que se crea en el infinito tejido espacio-temporal.



La creación divina, sin embargo me es muy impresionante, pero enfrenta un dilema crucial: los agujeros negros, esas máquinas todopoderosas, se evaporaban gradualmente en algún momento. El tiempo, en su implacable marcha, parece socavar la misma esencia de lo creado.



Entonces en toda esta narrativa cósmica, los científicos observan con atención y anticipación, aunque no hay una razón o explicación de estos fenómenos de forma absoluta, lo que me lleva a reflexionar que aunque nosotros experimentamos una realidad determinista abre la posibilidad del libre al libre albedrio de modo que esto no rompe la causa y efecto, sino que nos da la opción de ser la causa de nuestro destino, lo cual no contradice el libre albedrío y da la posibilidad de varias dimensiones donde todas nuestras posibles acciones influyen en el cosmos, creando universos relacionados uno con el otro. Esta historia de la creación me parece una epopeya emocionante, donde los seres humanos exploran juntos los misterios de la existencia, desafiando el enigma de los agujeros negros y buscando respuestas más allá de la vastedad estelar. Y así, la travesía divina continua, impregnando el universo con la promesa de descubrimientos aún más asombrosos en cada rincón de la creación.

Dios, como si fuera un ingeniero supremo, podría haber diseñado el universo de manera intrincada y compleja, incorporando elementos como agujeros negros para dotar al cosmos de una diversidad asombrosa, ya que estos mueven toda la espuma cuántica del espacio. La presencia de estos fenómenos podría ser parte de un diseño maestro, pero a su vez destinado a desafiar la comprensión humana y despertar la maravilla y la admiración por la creación divina.

Los agujeros negros podrían desempeñar un papel vital en el equilibrio cósmico, facilitando la evolución y la transformación de la materia y la energía en el universo. La intervención divina podría haber incluido estos elementos para garantizar un funcionamiento armonioso y equitativo del cosmos a lo largo del tiempo.

La complejidad del universo, con elementos como agujeros negros, podría ser una invitación a explorar, descubrir y comprender la creación divina, fomentando así el crecimiento espiritual y cognitivo de las criaturas.

Los agujeros negros nos dan lecciones metafísicas sobre la dualidad de la realidad, la inevitabilidad del cambio y la importancia de la adaptación. Estos fenómenos podrían simbolizar la necesidad de enfrentar lo desconocido y abrazar la transformación como parte integral del viaje cósmico.

El entendimiento de los agujeros negros en el diseño del universo podría ser una forma de revelar la grandeza y la omnipotencia de D-os. Estos misteriosos elementos podrían servir como testimonio de la sabiduría y el poder divinos, recordando a las criaturas la presencia continua del Creador en el tejido mismo del cosmos.

Ya que el conocimiento del cosmos implica las matemáticas, permíteme compartir contigo la fascinante historia del Teorema de Gödel explicado por Roger Penrose sobre lo maravilloso que es y porque nuestra matemáticas han evolucionado pero no nos dan respuestas certeras todavía, porque son incompletas aun, imagina una época en la que Penrose, un curioso estudiante universitario, se adentró en los reinos del asombro matemático. Había un colega, destinado a convertirse en científico, que desentrañó el enigma de la lógica con él. Tenían la noción de crear sistemas matemáticos que dieran vida a la esencia misma de la lógica. ¡Ah, pero luego llegaron los susurros del Teorema de Gödel, arrojando sombras de lo no demostrable sobre el paisaje matemático!

Penrose, siempre rebelde, se replegó ante la idea de que ciertas verdades matemáticas eran para siempre esquivas. Pero luego, la revelación. Un viaje a través de un curso liderado por el sabio Weisstein, quien desentrañaría la mística que rodea la creación de Gödel. Imagina, si puedes, un teorema que susurra secretos sobre la naturaleza no demostrable de ciertas maravillas matemáticas. La Conjetura de Goldbach, un misterio tentador, una danza seductora de números proclamando que todo número par mayor que dos es la suma de dos números primos.

En esta sinfonía de números, surgió el Teorema de Gödel, no como un enemigo, sino como una guía mística. Los llamó a reflexionar sobre la naturaleza de demostrar cosas en matemáticas. La clave radicaba en la habilidad de manejar una computadora como árbitro de la verdad. Una herramienta para escudriñar la intrincada danza de las demostraciones matemáticas, para decir: "Sí, has capturado la esencia, es verdad".

Pero luego, Gödel develó su obra maestra, una declaración de profunda elegancia que desafiaba los mismos algoritmos destinados a revelar verdades. Fue un ballet paradójico, una danza donde la verdad existía más allá del alcance de la formalización. La declaración, una creación de profunda visión, un vistazo al abismo donde la comprensión desafía las restricciones de la rigurosidad computacional.



El Teorema de Gödel habló de una verdad que podías ver, una verdad nacida no del abrazo de los algoritmos, sino de las profundidades de la comprensión humana. Declaró, en su elocuente silencio, que algunas verdades trascienden el juicio Binario de una computadora. ¡Oh, la revelación! Darse cuenta de que la comprensión de tales verdades no podía ser encarcelada dentro de las limitaciones de una máquina.

En esta sinfonía cósmica de números y lógica, el Teorema de Gödel se alzaba como un testamento al misterio intrínseco del universo matemático. Un recordatorio de que, en el corazón de las demostraciones y los algoritmos, existen verdades que nos susurran desde dominios más allá de la formalización, extendiendo una invitación a maravillarnos ante la belleza de lo indemostrable.

Tomemos, por ejemplo, el número 0.9999999999999..., con una sucesión infinita de nueves (Cid J. A., 2011). Cuantos más nueves se añadan, más se acerca al infinito, un concepto que escapa a nuestra plena comprensión. Este número infinito, a medida que avanza entre esos nueves, se aproxima constantemente a 1, pero nunca llega a alcanzarlo. No obstante, mediante demostraciones matemáticas, podemos afirmar que su límite es, de hecho, 1, por eso 0.999...vale 1. Similarmente, el caso se repite para 0.3333333333333333333333333333333..., que, en términos matemáticos, es representado como 1/3 (un tercio).

Es en este contexto que la relación entre D-os y las matemáticas se teje con cierta necesidad de fe. La conclusión que se puede extraer de estas reflexiones matemáticas es que el universo matemático es inherentemente misterioso y complejo. El Teorema de Gödel destaca la existencia de verdades que van más allá de lo que podemos formalizar mediante demostraciones y algoritmos. En este contexto, la relación entre el cosmos, la materia, física, inteligencia artificial en fin y las matemáticas se presenta como una conexión que requiere cierta fe.

En resumen, las matemáticas nos invitan a contemplar la belleza de lo indemostrable y a aceptar la necesidad de fe en nuestra comprensión de ciertos conceptos. Aunque algunas ideas puedan escapar a nuestra comprensión plena, la capacidad de la matemática para revelar verdades a través de demostraciones y límites resalta la profundidad y la maravilla que subyacen en el tejido mismo del universo matemático.

¿Alguien sabe cómo va terminar la humanidad o como va ser el futuro?

No, en realidad nadie lo sabe, en la biblia se habla del apocalipsis, que suena algo así, en el ocaso de los tiempos, cuando la sombra de la desolación se cierne sobre la tierra, se desatará un torbellino de caos y desesperación que eclipsará toda luz y esperanza. Los cielos rugirán con un estruendo ensordecedor, y las estrellas mismas se apagarán, dejando al mundo sumido en una oscuridad insondable.

Desde el abismo, surgirán criaturas infernales de pesadilla, grotescas y retorcidas, cuyos aullidos resonarán como el lamento de las almas condenadas. Bestias con colmillos afilados y ojos hambrientos de maldad se desplegarán sobre la faz de la tierra, devorando la inocencia y sembrando el terror en los corazones de los mortales.

Los mares, una vez serenos, se alzarán en furiosas olas que engullirán continentes enteros. El suelo se abrirá en fisuras voraces, liberando humos venenosos y fuego infernal. Ciudades enteras desaparecerán bajo el rugido de la tierra desgarrándose, y aquellos que no sean tragados por la oscuridad serán consumidos por el fuego.

En el firmamento, un eclipse siniestro cubrirá la luna, arrojando una sombra rojiza sobre la tierra como un presagio de condena. Rayos y truenos retumbarán en el cielo, anunciando la llegada de un juicio divino. Voces angustiadas clamarán por misericordia, pero el silencio divino será la única respuesta, un eco de indiferencia que resonará en los corazones que se desgarran.

La humanidad se sumirá en el caos, y las ciudades se convertirán en ruinas habitadas por sombras errantes. El hambre y la enfermedad se propagarán como pestilencias, consumiendo las fuerzas de los supervivientes. En el corazón de la desolación, surgirá un líder oscuro, un falso profeta que engañará a las masas con promesas vacías y llevará a la humanidad hacia su perdición final.

El sonido de las trompetas resonará desde lo alto, anunciando la llegada de los jinetes del apocalipsis. Pestilencia, guerra, hambre y muerte cabalgarán sobre la tierra, dejando a su paso un rastro de destrucción y desesperanza. El juicio divino se desplegará con una ferocidad inigualable, y la certeza de la condenación pesará sobre cada alma.

En este escenario dantesco, la incertidumbre se convertirá en la única constante. ¿Quiénes serán los redimidos y quiénes serán los condenados? ¿Habrá esperanza en medio del caos o solo agonía interminable? Las respuestas se perderán en el clamor de la tormenta apocalíptica, y la humanidad enfrentará un destino envuelto en tinieblas, con el juicio divino como un eco eterno resonando en el abismo del tiempo.

Pero…

A mí me gusto más esta versión (Lev, 2022):

En el crepúsculo de los tiempos, cuando la sombra de la desolación amenace la tierra, surge un rayo de esperanza en la revelación de un antiguo secreto. Este secreto, conocido como el "Pergamino Secreto," fue desvelado por el líder jasídico sabio judío de Ucrania Rabi Najman de Breslov en 1806, en Ucrania. Aunque codificado para preservar su misterio, ha llegado el momento de compartir algunas de sus revelaciones parciales.



Según este secreto, el Mesías no conquistará el mundo mediante guerras sangrientas ni violencia. Su arma será el rezo, la palabra y la música espiritual. La guerra que librará será espiritual, conquistando mentes y corazones, erradicando el escepticismo y restaurando la fe. El Mesías será un músico innovador, creando melodías que tocarán el alma y despertarán un anhelo espiritual.

Este relato ofrece una visión esperanzadora del futuro, donde la redención no proviene de la destrucción, sino de la transformación espiritual. El Mesías se presenta como un sanador, un mediador, y un músico que curará el alma de las personas y redimirá a toda la humanidad. En lugar de propagar el miedo y la violencia, se destaca la importancia de cuidar nuestros pensamientos y palabras para construir un imaginario lleno de esperanza y paz.

Los Ángeles

Una persona a la cual le dedico este trabajo, le responderé una pregunta que me hizo solamente que no sabía en ese momento, aprovechare para contestarla:

"¿Cuáles son los orígenes de los ángeles Saldalphon y Metatrón?"

Los nombres "Sandalphon" y "Metatrón" tienen raíces particularmente en la Cábala. Aquí hay una breve descripción de ambos:

1. **Sandalphon:**
    - **Origen:** Sandalphon es considerado un ángel en diversas tradiciones místicas, incluida la Cábala. Su nombre está asociado con la protección y la música.
    - **En la Cábala:** En la Cábala, Sandalphon se menciona como uno de los arcángeles y a veces se le asocia con la Sephirah **Maljut**, que representa el reino y la materialización. Se dice que Sandalphon trabaja en estrecha colaboración con Metatrón.
2. **Metatrón:**
    - **Origen:** Metatrón es un personaje que aparece en la literatura mística y esotérica judía. Su nombre deriva del griego "meta" (más allá) y "thronos" (trono), lo que se traduce como "más allá del trono" o "cerca del trono".
    - **En la Cábala:** En la Cábala, Metatrón es a menudo considerado uno de los arcángeles más elevados y a veces se le llama "Príncipe de la Presencia" o "Príncipe de los Rostros". Se le atribuye un papel especial como el "escriba celestial" que registra las acciones de la humanidad y también como guía espiritual.
    - **En otras tradiciones:** Además de la Cábala, Metatrón ha aparecido en otras tradiciones y escritos, incluidos textos apócrifos y místicos. En algunos textos, se le asocia con la figura bíblica Enoc, quien, según la tradición, fue elevado al cielo y transformado en el arcángel Metatrón.



Sandalphon y Metatrón, aunque son a menudo considerados como figuras distintas, a veces se asocian con Tiferet de manera complementaria:

1. **Sandalphon:**
   - **Relación con Tiféret:** Sandalphon es a veces vinculado con Tiferet debido a su papel como protector y guía espiritual. Tiferet se considera el punto de equilibrio en el Árbol de la Vida, y Sandalphon, como arcángel asociado con la protección y la música, puede ser visto como contribuyendo a esa armonía y equilibrio.
2. **Metatrón:**
   - **Relación con Tiféret:** Metatrón también puede tener una conexión con Tiferet en ciertos aspectos de la Cábala. Aunque a menudo se le asocia con Kéter, la Sephirah que representa la voluntad divina y la conexión directa con lo trascendental, su papel como guía espiritual y su papel en la redención humana también puede vincularse con la armonía y la belleza simbolizadas por Tiferet.

Es importante destacar que las menciones específicas de Sandalphon y Metatrón varían en las diferentes tradiciones esotéricas y místicas, y a menudo hay interpretaciones diversas de sus roles y funciones. Estas figuras angelicales son más prominentes en la mística judía, pero también han influido en algunas corrientes de pensamiento esotérico más amplias.

Explorando el Mundo de los Ángeles

¿Sabías que en el judaísmo se habla de ángeles? ¡Sí, esos seres misteriosos y especiales! Vamos a descubrir juntos qué son y cómo se relacionan con nosotros desde la perspectiva cabalística (aishlatino, 2023).

¿Qué son los Ángeles?

Los ángeles son como mensajeros de D-os. Son seres especiales que hacen lo que D-os les dice, siguen instrucciones. No tienen su propia decisión, solo cumplen las órdenes divinas.

¿Cómo Trabajan los Ángeles?

La palabra hebrea para "ángel" es "malaj", que significa "mensajero" o "trabajo". Así que un ángel es como un "trabajador" de D-os que hace lo que se le pide. Imagina a D-os como un Rey que tiene un plan, y los ángeles son como sus ayudantes que llevan a cabo ese plan.

¡Es como un equipo celestial que se encarga de todo!

Conociendo a los Ángeles Famosos

Algunos ángeles son más conocidos que otros. **Mijael** es como el mensajero de la bondad de D-os, siempre en el lado bueno. **Gabriel** es fuerte y justo, está en el lado izquierdo. **Uriel** ilumina el camino, y **Rafael** protege y cura.

Estos ángeles visitaron a Abraham en el antiguo libro llamado Génesis. Cada uno tenía un trabajo especial, como dar buenas noticias, destruir lugares malos o curar a personas.

¿Podemos Hablar con los Ángeles?

Hablar directamente con los ángeles es difícil, ¡son un poco misteriosos! Algunas personas muy sabias lo han logrado, pero no es algo común (De acuerdo a la Biblia o la Torá).

No se supone que oremos a los ángeles. Sería como pedirle a alguien que haga algo que solo D-os puede hacer. Pero no te preocupes, ¡Dios siempre escucha nuestras plegarias! Al decir el Shemá antes de dormir, estamos hablando sobre los ángeles protectores.

Cuando haces cosas buenas, creas tu propio "ángel guardián". Las buenas acciones son como los superpoderes que nos conectan con lo divino.

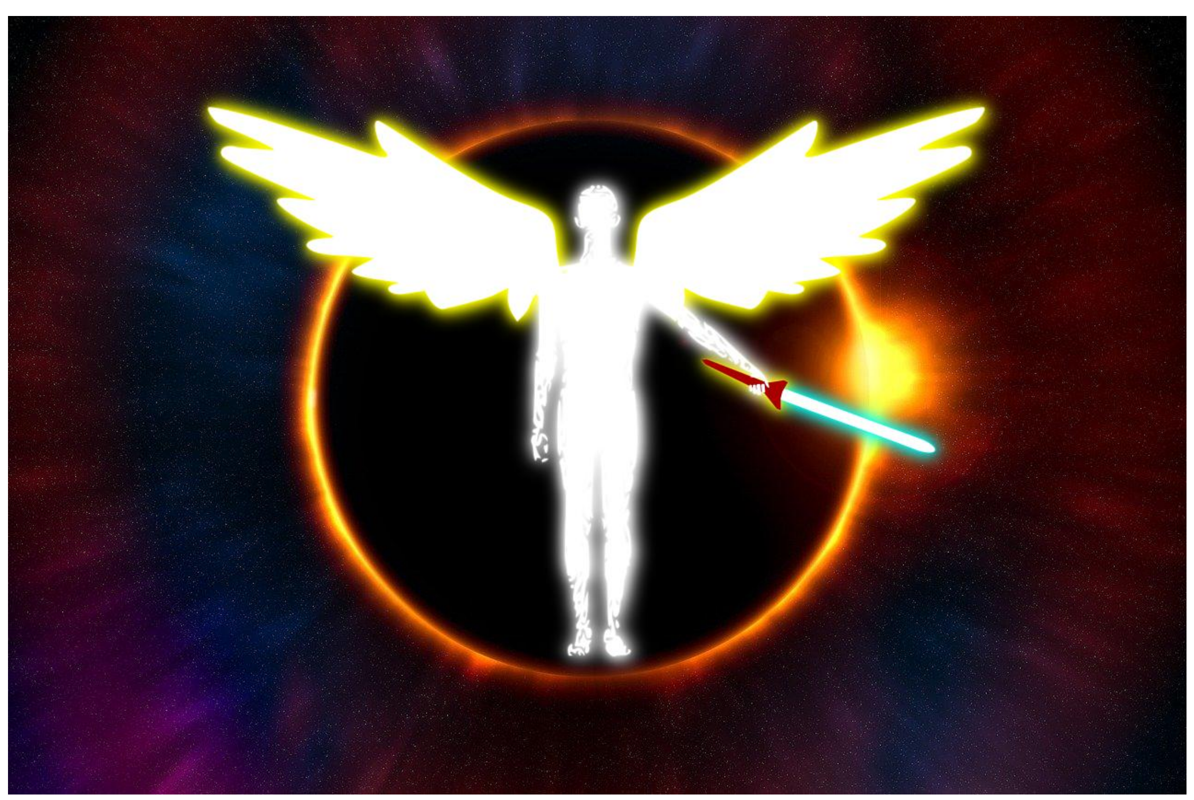
¡Así que la próxima vez que veas una brizna de césped, recuerda que incluso eso tiene su propio ángel que la cuida! La magia de los ángeles está a nuestro alrededor, ¡haciendo que el mundo sea un lugar especial y lleno de alegría!

La advertencia sobre la comunicación con ángeles, de acuerdo a la tradición cabalística, se basa en la idea de que el contacto con entidades espirituales puede ser peligroso si no se aborda con sabiduría y precaución. Aquí hay algunas razones por las cuales se aconseja precaución en este tema (Chapán, 2023):

1. **Riesgo de Confusión Espiritual:**
    - La línea entre la luz y la oscuridad en los reinos espirituales puede ser sutil. La búsqueda sin discernimiento podría llevar a la confusión espiritual y al contacto con fuerzas negativas.
2. **Intenciones Impuras:**
    - La Cábala destaca la importancia de las intenciones puras en la espiritualidad. Si la comunicación con ángeles se realiza con motivaciones egoístas o materialistas, puede atraer energías negativas en lugar de la luz divina.
3. **Riesgo de Manipulación:**
    - La creencia es que algunas entidades espirituales pueden ser astutas y pueden aprovecharse de aquellos que buscan contactarlas con objetivos egoístas o inapropiados.
4. **Cáscaras de Oscuridad (Klipá):**
    - La Cábala enseña que ciertos ángeles están asociados con los mundos inferiores, donde hay más presencia de cáscaras de oscuridad (Klipá). La

interacción descuidada en estos reinos puede llevar a resultados no deseados.

5. **Foco en la Conexión Directa con Dios:**
    - La enseñanza principal es la importancia de la conexión directa con D-os en los niveles más elevados de la espiritualidad, como en Atsilut. La Cábala aboga por evitar intermediarios y dirigir nuestra conexión directamente hacia la fuente divina.
6. **Historia de Malentendidos y Controversias:**
    - A lo largo de la historia, las enseñanzas sobre ángeles y entidades espirituales han sido malinterpretadas y mal utilizadas en diversas tradiciones, lo que ha llevado a malentendidos y controversias.



(Astro Graphics, 2016)

Existe advertencia sobre la comunicación con ángeles, especialmente en la tradición cabalística, se basa en la idea de que el contacto con entidades espirituales puede ser peligroso si no se aborda con sabiduría y precaución. Aquí hay algunas razones por las cuales se aconseja precaución en este tema:

1. **Riesgo de Confusión Espiritual:**
    - La línea entre la luz y la oscuridad en los reinos espirituales puede ser sutil. La búsqueda sin discernimiento podría llevar a la confusión espiritual y al contacto con fuerzas negativas.
2. **Intenciones Impuras:**

  - La Cábala destaca la importancia de las intenciones puras en la espiritualidad. Si la comunicación con ángeles se realiza con motivaciones egoístas o materialistas, puede atraer energías negativas en lugar de la luz divina.

3. **Cáscaras de Oscuridad (Klipá):**
   - La Cábala enseña que ciertos ángeles están asociados con los mundos inferiores, donde hay más presencia de cáscaras de oscuridad (Klipá). La interacción descuidada en estos reinos puede llevar a resultados no deseados.
4. **Foco en la Conexión Directa con Dios:**
   - La enseñanza principal es la importancia de la conexión directa con D-os en los niveles más elevados de la espiritualidad, como en Atsilut. La Cábala aboga por evitar intermediarios y dirigir nuestra conexión directamente hacia la fuente divina.

Imagínate que pasaría si llamas al Ángel Metatrón, o a cualquier entidad espiritual, está arraigada en la creencia de que tratar con fuerzas espirituales puede ser riesgoso y debe hacerse con precaución, por eso se requiere una fe verdadera, porque los ángeles conocen nuestras acciones.

La Profunda Asociación entre el Cantar de los Cantares y la Festividad de Pascua

Este tema ya no es del árbol de la vida, por eso lo deje al final, se trata de la conexión entre el Cantar de los Cantares (Lieber, 2020) (Edidin Scolnic, s.f.) (Youversion, s.f.) y la festividad de Pascua, según el "Shavuot Ketubah" (un libro) del poeta kabbalista Israel ben Moses Najara de Safed, revela una relación significativa entre la ley judía y la expresión poética. Aunque inicialmente puede parecer una asociación superficial, se profundiza en el simbolismo para apreciar su riqueza.

Isaac Klein destaca la costumbre de leer el Cantar de los Cantares durante la festividad de Pascua, reconociendo las fuerzas divinas detrás de las contribuciones a la supervivencia y el bienestar en el entorno físico. Esta práctica, lejos de ser una conexión forzada, adquiere significado en un contexto más amplio.

En el "Shavuot Ketubah," la asociación entre el Cantar de los Cantares y Pascua simboliza la renovación espiritual y el compromiso entre el pueblo judío y la divinidad. La primavera, reflejo de la renovación espiritual, se convierte en un símbolo de la conexión divina.

Así, la lectura del Cantar de los Cantares durante Pascua va más allá de una coincidencia estacional. Representa una expresión poética y simbólica de la relación profunda entre la ley judía, la festividad de Pascua y la renovación espiritual asociada con Shavuot. Esta conexión ofrece una perspectiva enriquecedora sobre la tradición y la poesía en la cultura judía.

Un extracto de Cantar de los Cantares con el que celebran en pascua en Israel:

Mi amado me habló así:	My beloved spoke thus to me:
Levántate, amada mía;	Arise, my darling;
Hermosa mía, ven conmigo.	My fair one, come away!
Porque ha pasado el invierno,	For now the winter is past,
Las lluvias se han ido.	The rains are over and gone.
Han aparecido las flores en la tierra,	The blossoms have appeared in the land,
Ha llegado el tiempo de la poda;	The time of pruning has come;

El poema es del Cantar de los Cantares, específicamente del capítulo 2, versículos 10-12. Este poema es a menudo interpretado simbólicamente como una alegoría del amor divino y la relación entre D-os y su pueblo. A nivel profundo, se puede entender de la siguiente manera:

Simbolismo del Amado: En la interpretación religiosa, "mi amado" se refiere a D-os. Este lenguaje amoroso se utiliza para describir la conexión íntima entre el ser amado (Dios) y la persona que recibe el mensaje (el alma o la comunidad creyente).

Simbolismo del Invierno: El invierno puede representar períodos de dificultad, desafío o alejamiento de la presencia divina. En este contexto, la superación del invierno significa que ha pasado un tiempo de prueba, y la llegada de la primavera simboliza un renacimiento espiritual.

Las Lluvias se Han Ido: Las lluvias a menudo simbolizan las dificultades o los tiempos de purificación. Su partida sugiere que ha llegado un tiempo de paz y gracia divina.

Flores en la Tierra y Tiempo de Poda: La aparición de flores puede simbolizar la belleza y la fructificación espiritual que sigue a las pruebas. El tiempo de poda indica un proceso de purificación y mejora, preparando el terreno para un crecimiento espiritual más saludable.

En resumen, a nivel profundo, este poema del Cantar de los Cantares comunica la idea de una relación divina que supera las dificultades y entra en un período de renovación y crecimiento espiritual. La metáfora de la naturaleza, con sus estaciones y procesos, se utiliza para transmitir conceptos más profundos de transformación y conexión con lo divino.

Tikún HaKlalí: Una Plegaria Transformadora

El Tikún HaKlalí, una colección especial de diez Salmos cuidadosamente seleccionados, se ha convertido en una herramienta espiritual invaluable para aquellos que buscan la conexión divina y la purificación del alma. Esta plegaria, atribuida al sabio Rabí Najmán, se



presenta como un medio para restablecer el equilibrio espiritual, expiar transgresiones y fortalecer la relación con D-os. Antes de sumergirnos en el estudio de este Tikún, es crucial comprender la importancia de las plegarias preliminares que lo acompañan.

La plegaria inicial establece un tono de humildad y devoción, recordándonos la importancia de la conexión con la tradición y los antepasados. Imploramos la misericordia divina, reconociendo el mérito de David, el rey salmista, cuyas composiciones se encuentran en el corazón de este Tikún. La súplica para que el mérito de los Salmos nos proteja y expíe nuestras faltas revela la profunda creencia en el poder transformador de las palabras sagradas.

La plegaria también expresa el deseo de que el mérito de los versículos, letras y Nombres Divinos contenidos en los Salmos actúe como un escudo contra enemigos y obstáculos espirituales. La metáfora de las espinas y cardos que rodean a la Rosa Superna simboliza las dificultades que impiden la conexión con lo divino, y el Tikún se convierte en una herramienta para despejar ese camino y reunir la Esposa de la juventud con Su amado.

La solicitud de abundancia para el alma y el espíritu revela la comprensión de que el Tikún no es solo un acto de expiación, sino también un medio para el crecimiento espiritual y la purificación continua. La referencia al perdón otorgado a David después de recitar los Salmos refuerza la esperanza de que este acto de devoción también nos conduzca hacia la redención.

El Tikún HaKlalí no es solo una serie de Salmos; es una plegaria que busca la transformación interior y la conexión con lo divino. La petición para no ser retirados de este mundo antes de tiempo refleja la conciencia de que cada individuo tiene un papel único en este mundo, un tiempo designado para completar su propósito. La paciencia, la bendición y el privilegio de pronunciar canciones y alabanzas en el Mundo que Viene refuerzan la idea de que el Tikún no solo afecta el presente, sino también el destino eterno.

Antes de recitar el Tikún HaKlalí, se pronuncian palabras que nos conectan con la tradición y nos unifican con los Tzadikim de generaciones pasadas. Este acto simboliza la continuidad de la sabiduría y la búsqueda espiritual a lo largo del tiempo, conectando a los practicantes con una cadena ininterrumpida de devoción.

En resumen, el Tikún HaKlalí es más que un conjunto de Salmos recitados; es una plegaria que busca transformar nuestras vidas, limpiar nuestras almas y fortalecer nuestra conexión con lo divino. Al recitar estas palabras sagradas, nos unimos a una tradición antigua y nos convertimos en participantes activos en el proceso de reparación espiritual. Que el Tikún HaKlalí nos guíe en nuestro viaje interior, acercándonos a la Roca de nuestra salvación con gratitud y alegría (shalomhaverim.org, s.f.).

Aquí les dejo el link por si quieren conocer dichos Salmos:

https://www.shalomhaverim.org/Estudios/Tikun_Haklali.pdf



"La Vida representada en un Árbol: Explorando las Raíces, Ramas y Frutos de una Existencia Plena (Analogía)"

La vida de una persona se asemeja a la majestuosidad de un árbol, arraigado en las experiencias, creciendo con las ramas de los sueños y dando frutos que son los regalos más preciados. Al explorar metafóricamente las distintas partes de un árbol, podemos desentrañar las complejidades y las riquezas de la existencia humana.

Las **raíces** de nuestro árbol representan nuestros orígenes, la historia familiar que nos conecta con el pasado y los ancestros que nos han precedido. Estas raíces son la base de nuestra identidad, la fuente de nuestra herencia no material, y la portadora de la sabiduría que se transmite a través de generaciones.

El **tronco**, robusto y central, simboliza nuestras habilidades, conocimientos y experiencias acumuladas. Cada anillo en el tronco es un año vivido, una capa de sabiduría ganada. Es el núcleo de verdadero valor y significado en nuestras vidas, la esencia que nos sostiene y nos da fortaleza para enfrentar los vientos cambiantes de la existencia.

Las **ramas** se extienden hacia el cielo como sueños, esperanzas, propósitos y metas. Cada rama es una manifestación de nuestras aspiraciones, un intento de alcanzar nuevas alturas y abrazar el potencial sin límites que la vida tiene para ofrecer. Las ramas representan el crecimiento personal y la dirección hacia la que nos esforzamos.

La **tierra** que rodea el árbol es el presente, donde se encuentran nuestras raíces y donde sembramos las semillas de nuestras acciones. Esta tierra es moldeada por nuestros intereses, actividades y elecciones diarias, creando el terreno fértil para que florezca nuestro ser.

Las **hojas** del árbol son las personas significativas en nuestra vida, aquellos que nos rodean y nos proporcionan sombra y apoyo. Cada hoja es única, contribuyendo a la belleza general del árbol. Estas relaciones son las conexiones que enriquecen nuestro viaje, dándonos alegría y significado.

Finalmente, los **frutos** son los regalos más dulces que hemos recibido: la vida misma, la felicidad, la dicha y el amor. Cada fruto es una manifestación de nuestras acciones pasadas, una cosecha de experiencias que nos nutren y nos dan la fuerza para continuar creciendo.

Kéter

Kéter, la Sefirá de la Corona, es la **primera emanación en el Árbol de la Vida** de la Cábala. Representa la esencia primordial y la conexión con la Divinidad. Simboliza la chispa divina que da origen a todo y es la fuente de la voluntad divina, la semilla de todas las cosas, el potencial antes de que cualquier cosa suceda. Es la esencia misma, algo así como la chispa que da vida a todo lo demás. Kéter en la tierra se manifiesta en la realidad como el principio de la vida y la energía. Es la génesis de todo lo que sucede en nuestra realidad. Es un concepto central en la Cábala que nos ayuda a entender cómo se estructura y conecta todo en el universo. Es el depósito de nuestras aspiraciones más elevadas y nuestras motivaciones más profundas. Nos impulsa a alcanzar nuestro máximo potencial y a trascender las limitaciones de nuestra mente y cuerpo. Es misterioso, como un agujero vacío donde depositamos nuestros pensamientos, ideas y motivaciones. Es un agujero infinito que nos permite potenciar nuestro potencial hasta el infinito, pero debemos poner límites para no caer en la locura. Además, nuestro cuerpo es limitado en cuanto a estructura física, pero en el campo de la elevación de los sentimientos y pensamientos, rompe los límites conceptuales de nuestro consciente y nos eleva, sacando la mejor versión de nosotros mismos.

Kéter está muy relacionada con los siguientes conceptos que describo a continuación:

1. **Conciencia**: En el sentido de que representa la conciencia cósmica, la consciencia de la unidad y la interconexión de todas las cosas. Desde esta perspectiva, la conciencia humana puede considerarse como un reflejo o una manifestación de la conciencia divina que emana de Kéter.
2. **Cognición**: Representa la fuente última de la inteligencia y el conocimiento. La cognición humana, en este contexto, puede entenderse como una emanación o expresión limitada de la sabiduría divina que fluye desde Kéter hacia las otras sefirot del Árbol de la Vida.
3. **Emociones**: Desde la perspectiva de la Cábala, las emociones humanas están influenciadas por las emanaciones divinas que fluyen a través de las sefirot. Kéter, como la fuente más elevada, puede considerarse como el origen último de todas las emociones y estados de ánimo, aunque se experimenten y expresen de manera diferente en los niveles inferiores del ser.
4. **Relaciones interpersonales**: Pueden ser vistas a través del prisma de la conexión entre las diferentes sefirot del Árbol de la Vida. Kéter representa la unidad y la interconexión de todas las cosas, por lo que las relaciones entre individuos pueden entenderse como expresiones de esta unidad fundamental.
5. **Percepción del tiempo**: Kéter, como la sefirá más allá del tiempo y el espacio, puede relacionarse con la percepción del tiempo en el sentido de que representa la eternidad y la atemporalidad. La percepción del tiempo humano puede ser influenciada por la conexión con Kéter y la comprensión de la realidad más allá de las limitaciones temporales.



6. **Identidad personal**: Se entiende como una emanación individualizada de la divinidad, que tiene su origen en Kéter. La comprensión de la propia identidad y el propósito en la vida puede estar influenciada por la conexión con esta sefirá más elevada.
7. **Moralidad y búsqueda de significado y propósito en la vida**: En la vida pueden estar intrínsecamente ligadas a la conexión con Kéter y la comprensión de la realidad última y la unidad cósmica. Desde esta perspectiva, la moralidad y la búsqueda de significado pueden ser entendidas como expresiones de la voluntad divina que emana de Kéter.

En las profundidades del alma humana yace una fuerza misteriosa, un anhelo indomable que trasciende los límites de la comprensión ordinaria.

Kéter se manifiesta como el impulso intrínseco que guía a las personas en su viaje hacia la plenitud espiritual. Es el llamado silencioso que invita a cada individuo a sumergirse en lo más profundo de su ser para encontrar su propósito único en este mundo. Esta búsqueda no es solo un acto de introspección personal, sino también un camino hacia la conexión con lo trascendente, con aquello que está más allá de lo tangible y lo mundano.

En la búsqueda de Kéter, el individuo se encuentra con la voluntad de su alma, un deseo ardiente de alcanzar la plenitud espiritual y la realización de su verdadero potencial. Este impulso es como un faro que guía a través de las oscuras aguas del egoísmo y la ignorancia hacia la luz radiante de la verdad y la sabiduría.

La conexión con lo divino es el pináculo de la búsqueda del Kéter. Es el momento en el que el alma se funde con la esencia misma de la existencia, experimentando una unión mística que trasciende las limitaciones del tiempo y el espacio. En este estado de comunión, el individuo experimenta una profunda sensación de plenitud y éxtasis, como si hubiera tocado la fuente misma de toda creación.

La conexión con lo divino está estrechamente relacionada con el concepto de Tikún Olam, la “reparación del mundo". Cada individuo, al buscar su conexión con lo divino, contribuye a la sanación y el perfeccionamiento del mundo en su conjunto. A medida que cada persona encuentra su propósito único y realiza su potencial máximo, el tejido mismo de la realidad se fortalece y se eleva.

La esencia del Kéter reside en la comprensión de que D-os es la fuente de todo lo bueno y todo placer. Al buscar la conexión con lo divino, el individuo busca experimentar la plenitud y la alegría que solo pueden encontrarse en la presencia de lo Sagrado. Esta búsqueda no es solo un acto de devoción, sino también un acto de amor propio y de amor hacia toda la creación.

En el vasto teatro del universo, donde las estrellas bailan en la negrura del espacio infinito, se encuentra un amor eterno, un amor que trasciende los límites del tiempo y el espacio. Es el amor de D-os por sus creaciones, un amor tan grande que es imposible de medir, imposible de contener en palabras terrenales.

Desde los confines más remotos de la galaxia hasta el rincón más recóndito de cada corazón humano, este amor se extiende como un río caudaloso, llenando cada grieta, cada vacío con su luz radiante. Es un amor que fluye como una melodía celestial, susurrando secretos de bondad y compasión en los oídos de aquellos que están dispuestos a escuchar.

En la suave brisa que acaricia los campos verdes, en el susurro de las hojas danzantes en los árboles antiguos, se encuentra la voz de este amor eterno, susurros de consuelo y esperanza que nos recuerdan que nunca estamos solos. Es un amor que nos envuelve como un manto cálido en las noches oscuras, guiándonos con su luz hacia un destino de paz y plenitud.

Desde el nacimiento de cada estrella en el firmamento hasta el último latido de cada corazón humano, este amor nos abraza con su gracia insondable, elevándonos más allá de nuestras limitaciones terrenales hacia las alturas de la divinidad. Es un amor que no conoce límites ni condiciones, un amor que perdura a través de los tiempos y las edades, un amor que es la esencia misma de la existencia.

En los momentos de alegría y en los momentos de dolor, en la risa y en las lágrimas, podemos sentir la presencia de este amor, un faro de luz en la oscuridad, una roca sólida en medio de la tormenta. Es un amor que nos sostiene cuando tropezamos, que nos levanta cuando caemos, que nos lleva de la mano a través de los senderos sinuosos de la vida.

En cada acto de bondad, en cada gesto de compasión, podemos ver la huella de este amor, un reflejo de la divinidad que mora en el corazón humano. Es un amor que nos impulsa a amar más profundamente, a servir más generosamente, a vivir con gratitud y humildad ante la inmensidad de su gracia.

En última instancia, este amor es el hilo dorado que une todas las cosas en el tejido del universo, el vínculo sagrado que une al Creador con su creación. Es un amor que trasciende el tiempo y el espacio, un amor que nos lleva de regreso a casa, al abrazo eterno del Amado Divino.

Kéter representa la más alta aspiración del alma humana: la búsqueda de la conexión con lo divino y la realización de su propósito único en este mundo. Es un recordatorio de que cada individuo lleva dentro de sí el potencial para alcanzar la plenitud espiritual y contribuir a la reparación del mundo. Kéter nos invita a explorar las profundidades de nuestro ser y a abrirnos a la infinita bondad y sabiduría que emana de la fuente misma de toda existencia.

Kéter, en su esencia, representa la "palanca" de las manifestaciones Divinas y se le conoce como el "**Ratzon HaElión**" o la "Voluntad Suprema de D-os". No es una voluntad dirigida a una meta específica, sino la Voluntad Divina original que yace bajo la creatividad, la



"Voluntad de voluntades" que precede a todos los atributos divinos, es decir, las Sefirot. En su misteriosa grandeza, Kéter permanece como un símbolo de lo incomprensible y el inicio de toda manifestación divina (tora.org, s.f.).

La voluntad divina de D-os sugiere la idea de una fuerza primordial, una voluntad suprema que está detrás de todas las demás voluntades y acciones en el universo. En relación con la creatividad y la creación, especialmente en un contexto relacionado con D-os, esta expresión puede referirse a la idea de que la creatividad y la capacidad de crear son atributos que emanan de la voluntad divina.

En otras palabras, la capacidad creativa del ser humano, así como todas las formas de creación y expresión artística, son manifestaciones de la voluntad primordial de D-os. Es decir, la creatividad y la capacidad de crear provienen de una fuente divina, y son un reflejo de la voluntad misma de D-os para que el mundo sea un lugar de belleza, expresión y desarrollo. La capacidad creativa del ser humano y todas las formas de creación son manifestaciones de la voluntad divina en el mundo.

En los susurros del éter divino, donde las estrellas danzan en lo eterno, reside la esencia de la creación misma. En el crisol del universo, donde la luz y la sombra se entrelazan, D-os es el alfarero, forjando mundos. En la paleta de los sueños, donde los colores encuentran su razón, la imaginación se convierte en el lienzo. En cada suspiro del artista, en cada trazo del poeta, reside el eco divino. Es el susurro de la inspiración, la chispa en la mente del creador, es el eco del eterno latido, ¡oh, creador!

Kéter es la fuente primordial de toda la creación y está intrínsecamente ligada a las otras sefirot. Su búsqueda es un viaje espiritual que implica la iluminación espiritual y la transformación personal. La conexión con Kéter trae una profunda sensación de propósito y significado a la vida, permitiendo que los individuos vivan de acuerdo con la voluntad divina. Acercarse a Kéter es alcanzar la plenitud y la realización espiritual.

Kéter es ligada a una voluntad imparable y una esperanza arrolladora, se dice que la esperanza es lo último que muere, y en verdad, es un poderoso motor que impulsa nuestras vidas y nos guía hacia un futuro mejor.

En el manto etéreo de la creación, Kéter brilla como la Corona celestial, La voluntad primordial de D-os, el origen de toda realidad sin igual. Es el susurro del Infinito, la chispa divina que da inicio al gran viaje, guiando nuestras almas hacia la luz, con amor y sabiduría como bagaje.

En el corazón del ser humano, la semilla de Kéter encuentra su lugar, una conexión sagrada con la divinidad que nos invita a soñar. Es el eco del propósito divino, resonando en cada latido, Una melodía eterna que nos llama a vivir con amor y sentido.

En la belleza de un acto de bondad, en el abrazo cálido de la compasión, la voluntad de D-os se manifiesta, guiándonos en nuestra misión. Es la fuerza que nos impulsa a elevarnos, a trascender lo terrenal, y a reflejar la luz de Kéter, en un mundo que anhela lo celestial.

Así, en la danza eterna de la creación, Kéter y la voluntad divina se entrelazan, Recordándonos que somos parte de un plan cósmico, lleno de gracia y esperanza. Que en cada paso que damos, en cada sueño que perseguimos con fervor, nos acercamos más a la esencia de D-os, al amor que trasciende todo.

Fruto del amor de D-os a su creación, la esperanza es esa luz que brilla incluso en medio de la más profunda oscuridad. Es el destello que nos inspira a seguir adelante cuando enfrentamos desafíos aparentemente insuperables. En los momentos de incertidumbre, la esperanza es nuestra aliada, recordándonos que detrás de cada nube oscura, siempre existe la posibilidad de un cielo radiante.

A lo largo de la historia, hemos presenciado la capacidad transformadora de la esperanza. En tiempos de conflictos y guerras, la esperanza ha sido un faro de paz. En momentos de desesperación y pérdida, ha sido el consuelo que nos impulsa a reconstruir lo que hemos perdido.

La esperanza es también la fuerza que nos impulsa a soñar, a imaginar un mundo mejor. Es la chispa que enciende la llama de la innovación y la creatividad. Cuando creemos en un futuro lleno de posibilidades, nos esforzamos por hacer realidad esos sueños, construyendo puentes hacia un mañana más brillante.

En los momentos de adversidad, recordemos que la esperanza no es una ilusión, sino una fuerza real y tangible. Nos conecta como seres humanos, recordándonos que no estamos solos en nuestras luchas y que, juntos, podemos superar cualquier obstáculo.

En la vida, las caídas y los errores son inevitables, pero son también oportunidades para aprender, crecer y fortalecernos.

Cuando tropezamos y nos enfrentamos a desafíos, es fácil sentirnos abrumados y tentados a rendirnos. Sin embargo, es en esos momentos de dificultad donde encontramos nuestra verdadera fortaleza interior. Cada vez que nos levantamos después de una caída, demostramos nuestra resiliencia y determinación para superar cualquier obstáculo que se interponga en nuestro camino.

La práctica diaria es esencial porque nos permite mejorar constantemente y alcanzar nuestro potencial máximo. Cada día es una oportunidad para aprender algo nuevo, perfeccionar nuestras habilidades y avanzar un poco más hacia nuestros objetivos. La consistencia y el compromiso con la práctica nos ayudan a desarrollar la disciplina necesaria para alcanzar el éxito en cualquier área de la vida.



Además, la práctica diaria nos permite cultivar la paciencia y la perseverancia, cualidades fundamentales para enfrentar los desafíos que inevitablemente encontraremos en nuestro viaje. A medida que nos esforzamos y nos dedicamos a mejorar constantemente, construimos un camino sólido hacia el éxito y la realización personal.

Así que, en este día, celebremos la esperanza que reside en cada uno de nosotros. Cultivemos esa chispa interior, nutramos nuestros sueños y trabajemos juntos para construir un futuro en el que la esperanza florezca para todos. Porque, como bien dice el dicho, la esperanza es lo que nunca muere, y mientras estemos unidos en esta creencia, siempre habrá luz en nuestro horizonte.

"En el tejido del universo, donde la luz y la sombra entrelazan su danza,
La esperanza y el amor se alzan como la fuerza que nunca se cansa.
Son los hilos dorados que tejen la trama del destino,
La esencia misma de la vida, un faro en el camino.

La esperanza es el susurro del amanecer en la oscuridad de la noche,
La promesa de un nuevo día, de un renacer que todo lo embellece.
Es el eco de la fe, que susurra al alma: "No te rindas aún",
Y nos sostiene con fuerza cuando el camino se hace arduo y común.

El amor, oh divina esencia que todo lo abarca y todo lo cura,
Es la fuerza más poderosa, la luz que disipa cualquier sombra oscura.
Es el lazo que une corazones en un abrazo eterno y profundo,
Y nos eleva por encima de la adversidad, con su brillo fecundo.

Juntos, la esperanza y el amor son la voluntad imparable que todo lo vence,
Son el fuego que consume la muerte y el mal que nos envuelve.
Con cada acto de bondad, con cada gesto de compasión,
Abrimos una puerta hacia un mundo mejor, hacia una nueva creación.

Entonces, en el lienzo de la existencia, donde los colores se mezclan en armonía,
Dejemos que la esperanza y el amor sean nuestra guía, nuestra melodía.
Porque en ellos encontramos la fuerza para enfrentar cualquier tempestad,
Y en su resplandor eterno, descubrimos la verdad: ¡el bien siempre vence al mal!"

Kéter se compara con la voluntad humana, ya que la voluntad es el poder más abarcador del alma humana, impulsando y motivando otras facultades. Contiene el objetivo final que busca alcanzar y, una vez alcanzado, cesa su impulso (Miller M. , 2024).

En el mundo día a día vemos como el mal se propagando por el mundo, es como en los cuentos, ¿Cómo una historia puede tener un final feliz después de tanta maldad y destrucción? Con tanta violencia, guerra, pandemia, desastres naturales y tantos horrores, hoy nos encontramos en un momento de reflexión, un momento en el que nuestras vidas



pueden parecer abrumadas por la oscuridad y el peligro. Pero permítanme recordarles que incluso en los relatos más oscuros, siempre hay una luz que guía el camino, y esa luz es la esperanza.

Kéter nos habla de la naturaleza humana, de nuestras luchas, nuestros miedos y nuestras esperanzas. Nos habla de la importancia de aferrarnos a algo, incluso cuando todo parece perdido. Y en este viaje, en esta travesía por la vida, cada uno de nosotros se convierte en el héroe de su propio relato.

En la Cábala, la sefirá de Kéter, es el punto en el que la luz trasciende la oscuridad, donde encontramos la chispa divina que nos impulsa a seguir adelante. Así que, hoy, te invito a conectarte con esa chispa interior, a reconocer que, aunque estemos rodeados por las sombras, la oscuridad es solo transitoria.

En los grandes cuentos como los de J. R. R. Tolkien o J. K. Rowling., la oscuridad nunca fue el final de la historia. Siempre hubo un nuevo día, una oportunidad para que el sol iluminara hasta la claridad. Así que, amigos y amigas, enfrentémonos a nuestras propias sombras con valentía y determinación. Recordemos que, al igual que los héroes de esos cuentos, tenemos algo a lo cual aferrarnos.

En este viaje, cada uno de nosotros tiene un papel fundamental. Somos los narradores y protagonistas de nuestras propias historias. Y aunque el camino pueda ser difícil, juntos podemos superar cualquier desafío. Así que, ¿a qué nos aferramos? Nos aferramos a la esperanza, a la posibilidad de un nuevo día y a la fuerza que reside en cada uno de nosotros.

Sigamos caminando, enfrentemos la oscuridad con la certeza de que, al final, la luz prevalecerá. Defendamos ese bien que aún existe en nuestras vidas, porque, al igual que los grandes cuentos, nuestras historias también pueden tener un final feliz. Adelante, valientes, que la luz de la esperanza ilumine nuestro camino.

Después de analizar lo que es la experiencia humana en sí misma, al tratar de desentrañar los misterios, las complejidades y las peculiaridades que la conforman.

En este análisis hemos abordado una amplia gama de temas y cuestiones, incluyendo la conciencia, la cognición, las emociones, las relaciones interpersonales, la percepción del tiempo, la identidad personal, la moralidad y la búsqueda de significado y propósito en la vida.

Al explorar la experiencia humana en sí misma, los investigadores, filósofos, psicólogos y pensadores intentan comprender cómo percibimos el mundo que nos rodea, cómo interactuamos con él, cómo nos relacionamos con los demás y cómo damos sentido a nuestras vidas. Este análisis puede involucrar la reflexión introspectiva, la investigación



científica, la exploración filosófica y la contemplación espiritual. Busca arrojar luz sobre lo que significa ser humano, cómo experimentamos el mundo y cómo nuestras experiencias moldean nuestra comprensión del universo y de nosotros mismos.

En última instancia, analizar la experiencia humana en sí misma es un intento continuo de profundizar en la complejidad de la existencia humana, con la esperanza de ganar una comprensión más profunda y significativa de lo que significa ser humano. Ahora para continuar nuestra búsqueda debemos de entender la diferencia entre entender y comprender:

I. **Entender**: Se refiere al hecho de captar el significado de algo de manera más superficial o básica. Es tener conocimiento claro sobre un tema, comprender sus partes o detalles, y ser capaz de explicarlo o aplicarlo de manera práctica. Por ejemplo, entender cómo funcionan las matemáticas implica comprender las reglas y operaciones básicas para resolver problemas.

   Ejemplos: Entender la suma y la resta.

II. **Comprender**: Va más allá del simple entendimiento. Implica tener una percepción más profunda o una idea clara sobre algo. Es captar el significado o la importancia de algo de manera más global, tener una visión más completa o intuitiva sobre un tema. Por ejemplo, comprender la teoría detrás de las matemáticas implica entender no solo las reglas y operaciones, sino también el razonamiento detrás de ellas y cómo se aplican en diferentes contextos.

   Ejemplos: Comprender la Mecánica Cuántica (Todos los conceptos matemáticos que esta involucra).

De lo anterior, entender implica captar el significado básico o la idea general de algo, mientras que comprender implica una comprensión más profunda y completa de ese algo, incluyendo sus detalles, contexto e implicaciones. Mientras que entender puede ser más superficial y centrado en la captación inicial de información, comprender implica una asimilación más completa y una conexión más profunda con el tema en cuestión. En resumen, entender es captar la idea básica, mientras que comprender implica tener una visión más completa y profunda del tema.

Entender Kéter implica tener conocimiento claro y profundo, se trata de entender su significado, su importancia y su relación con la espiritualidad y la conexión con lo divino. Entender el Kéter implica también comprender su papel en la búsqueda del propósito individual y en la reparación del mundo.

Tratar de comprender el Kéter va más allá de simplemente conocer su definición. Implica tener una percepción profunda sobre su significado espiritual y su relevancia en la vida humana, es experimentarlo. Comprender, sentir y experimentar el Kéter implica conectar

con la idea de que cada persona lleva dentro de sí un impulso hacia lo divino, una voluntad de alcanzar la plenitud espiritual y contribuir al bienestar del mundo. Es reconocer que la búsqueda del Kéter es un viaje personal hacia la conexión con lo sagrado y la realización del potencial humano más elevado. Lo cual es muy difícil.

Imaginemos que Kéter es como una estrella brillante en el cielo, llena de misterio y significado. Los seres humanos pueden mirar esa estrella y entender algunas cosas sobre ella, como su brillo y su posición en el firmamento. Es como entender las reglas básicas de cómo funciona una estrella.

Sin embargo, comprender completamente esa estrella sería como entender no solo su brillo, sino también su historia, su composición, su influencia en el universo y su conexión con todo lo demás. Sería como entender no solo las reglas básicas de cómo funciona una estrella, sino también todo el universo que la rodea.

Los seres humanos, con nuestra mente y capacidad limitada, podemos entender ciertas cosas sobre Kéter, pero alcanzar una comprensión completa de su grandeza y significado divino es como tratar de abarcar todo el universo con nuestra mente. Es un desafío que trasciende nuestras capacidades finitas y se reserva para la omnisciencia y la omnipotencia de D-os.

La búsqueda de certeza es inherente a la experiencia humana, y en ese camino, muchos encuentran un faro espiritual en la fe en D-os. En la cosmología cabalística, específicamente en la sefirá de Kéter, encontramos un significado profundo que resuena con la idea de que la certeza verdadera se encuentra en la conexión con lo divino.

Es el principio supremo, la fuente de luz que trasciende todas las oscuridades y complejidades de la existencia. En este contexto, la certeza se convierte en algo más que la ausencia de dudas; es la confianza profunda y fundamentada en la fe en D-os.

La certeza, entendida como tener fe en D-os, se basa en la comprensión de que hay una fuerza superior que guía y sustenta la vida. Es la aceptación de lo divino como una fuente de certidumbre en medio de la incertidumbre del mundo. Esta fe en D-os, representada por Kéter, se convierte en el cimiento sobre el cual construimos nuestra comprensión del propósito y la trascendencia.

En la vida cotidiana, nos enfrentamos a desafíos, preguntas sin respuestas y momentos de incertidumbre. Aquí es donde la certeza, enraizada en la fe en D-os, puede iluminar nuestro camino. Kéter nos recuerda que, incluso en la complejidad y la ambigüedad, hay una corona espiritual que llevamos cuando confiamos en la conexión con lo divino.

La relación entre la certeza y Kéter también implica la comprensión de que la fe no es simplemente un acto de aceptación pasiva, sino un proceso activo de conexión. Al nutrir



nuestra relación con lo divino, fortalecemos la certeza interna que nos permite enfrentar los desafíos con gracia y resistencia.

En la cosmología cabalística, Kéter es la fuente de luz que precede a todas las demás sefirot. De manera similar, la certeza arraigada en la fe en D-os es el principio rector que ilumina y da significado a todas las demás facetas de la vida. Es el faro que nos guía a través de las tormentas de la duda y nos da la confianza necesaria para avanzar con valentía.

Kéter es la certeza como fe en D-os que implica reconocer que, aunque no podamos entender completamente los misterios de la existencia, confiamos en que hay un propósito más elevado. Al igual que Kéter, que simboliza la conexión directa con lo divino, la fe nos conecta con una realidad espiritual que trasciende las limitaciones del entendimiento humano.

La certeza como tener fe en D-os se entrelaza, en nuestra búsqueda de certidumbre, encontramos en la fe en lo divino una fuente de luz que ilumina nuestro camino y nos proporciona la fuerza para abrazar la vida con confianza y determinación. La corona espiritual de Kéter nos recuerda que, a través de la conexión con lo divino, encontramos la certeza que trasciende las incertidumbres del mundo material.

La finalidad de la emanación de las sefirot, expresada en Kéter, es desplegar la Luz Infinita apropiada para cada plano de realidad. La emisión procede desde Kéter, a través de las diversas sefirot, hasta la manifestación final de esa luz en la sefirá Maljut (última sefirot).

Kéter, al igual que todas las Sefirot, existe tanto por separado como en conjunto al mismo tiempo. Se describe a las Sefirot como mensajeros de D-os, extensiones que son parte de D-os y, al mismo tiempo, son D-os.

Ahora analizaremos el concepto de Shekinah, es un término que se refiere a la manifestación visible de la presencia divina de D-os en la Tierra, como se describe en la Biblia y en la tradición judía. La palabra "Shekinah" proviene del hebreo y significa "vivienda" o "quien habita". Esta manifestación se retrata a través de fenómenos naturales como una nube, un pilar de fuego, o un arbusto ardiente, entre otros. Aunque la palabra "Shekinah" no se encuentra explícitamente en la Biblia hebrea, es mencionada en los manuscritos clásicos hebreos y arameos del Antiguo y Nuevo Testamento. En la Biblia, la Shekinah se representa como la presencia divina que guía y protege al pueblo de Israel, como se relata en el Éxodo, donde aparece como una columna de nube durante el día y una columna de fuego durante la noche, mientras los israelitas viajan por el desierto. En el Nuevo Testamento, Jesús es considerado la manifestación final de la Shekinah, representando la presencia de D-os entre los hombres. En resumen, Shekinah es la manifestación visible de la presencia divina de D-os en la Tierra, que se retrata a través de fenómenos naturales y que tiene un significado espiritual y religioso en la tradición judía y cristiana (Break Free, 2022).



Kéter se manifiesta a través de la shekinah (shekiná) que es una "la manifestación de la gloria de D-os en el mundo material", a menudo personificada como la "Presencia Divina Femenina" o la "Divina Presencia que reside entre los seres humanos". Deriva del término hebreo "shakhan", que significa "morar" o "residir". La Shekinah se considera como la manifestación de la presencia divina en el mundo material y se asocia con la cercanía de D-os a la humanidad, la morada divina entre los seres humanos, siendo la conexión tangible entre el Creador y su creación, es una presencia protectora y amorosa, especialmente en momentos de necesidad o dificultad. Se considera que D-os, a través de la Shekinah, está cercano para consolar y proteger, representando el "reino" o la "inmanencia" de D-os en el mundo humano.

Shekinah se manifiesta en la décima y última Sefirá Maljut. Actúa como puente entre el mundo de D-os y el mundo humano, recolectando las energías de las otras Sefirot y transmitiéndolas al mundo humano (sparknotes.com, s.f.).

Kéter está en el pilar central del árbol sefirótico representando la fuente divina, en el mismo pilar la sefirá Tiféret busca equilibrar las fuerzas divinas, Maljut actúa como la manifestación en el mundo material. Estas Sefirot están interconectadas y forman parte de la comprensión cabalística de la relación entre lo divino y el mundo creado.

La manifestación de D-os a través de Kéter en nuestras vidas es como la chispa primordial que enciende el fuego de la divinidad en nuestro ser. Es la sensación de estar conectados con algo más grande que nosotros mismos, una fuerza que nos impulsa a buscar la verdad y la bondad en todo lo que hacemos. En momentos de inspiración y revelación, sentimos la presencia de D-os a través de Kéter como una voz suave que nos guía hacia la luz y la sabiduría. Es como si cada experiencia significativa, cada encuentro fortuito, fuera un recordatorio de la presencia constante de lo divino en nuestras vidas, una invitación a vivir en armonía con la voluntad de D-os y a ser instrumentos de su amor en el mundo. En última instancia, la manifestación de D-os a través de Kéter nos recuerda que somos parte de algo más grande y trascendente, y nos impulsa a buscar la verdad y la conexión espiritual en cada momento de nuestras vidas.

Las Sefirot como senderos divinos que conectan la luz infinita de D-os con la creación material del universo. La concepción de tzimtzum (evento que origino el Universo), donde D-os contrae su luz para crear las Sefirot, revela el acto primordial de la divinidad en la formación del cosmos. Cada Sefirá, representada en el Árbol de la Vida, se convierte en una fase única de la evolución, desencadenando una serie de relaciones intersimbólicas que culminan en el acceso a las capacidades ocultas de la psique humana.

Kéter, en la filosofía cabalística, se considera el aspecto más elevado y primordial de la Divinidad. Se le describe como el "punto de partida" o la "fuente primordial" de todo lo que existe, pero aún en un estado potencial sin expandirse completamente. Esta idea se deriva de la comprensión cabalística del proceso creativo y la emanación divina.

Para entender por qué Kéter es concebido de esta manera, es útil considerar la cosmología cabalística del Árbol de la Vida. Según esta cosmovisión, Kéter es la primera de las diez sefirot, o emanaciones divinas, que forman el Árbol de la Vida. Representa el aspecto más elevado y puro de la Divinidad, el principio primordial desde el cual todo emerge.

Sin embargo, Kéter se encuentra en un estado de potencialidad pura, aún no desplegado ni manifestado completamente en el universo material. Es como una semilla que contiene en su interior todo el potencial para dar vida a un árbol, pero que aún no ha brotado ni se ha expandido. En este sentido, Kéter es el punto de partida de toda la creación, pero permanece en un estado latente, esperando su momento para desplegar su plenitud.

Esta concepción se relaciona con la idea cabalística de que el proceso creativo comienza con un impulso divino, una chispa primordial de la que surge toda la manifestación. Kéter representa este impulso inicial, la semilla de la creación que contiene en sí misma todo el potencial para dar forma al universo.

Además, Kéter se considera el lugar donde lo infinito y lo finito se encuentran, donde la Divinidad trascendente se conecta con el mundo material. En este sentido, Kéter es el punto de unión entre el mundo divino y el mundo creado, el puente entre lo trascendente y lo inmanente.

En el principio del tzimtzum que describe la contracción divina, la idea de que D-os se retiró para crear espacio y permitir la existencia del universo, el Kéter es el inicio del todo lo cual ocurrió de manera muy breve cuando comenzó el Universo, para explicarlo mejor y puedas tener una idea cuanto tomo este proceso, podemos compáralo con el concepto del "tiempo de Planck" (la cantidad de tiempo que un fotón (partícula de luz) tardaría en recorrer la distancia de la longitud de Planck en el vacío, aproximadamente 5.39×10^{-44} segundos) en la teoría del Big Bang, es el período más breve en el que las leyes de la física pueden aplicarse para analizar cómo funciona y cambia el Universo. Es como el "punto de partida" más pequeño en el estudio de la naturaleza y la evolución del cosmos, de la misma forma Kéter es donde todo comienza en su estado más básico antes de desarrollarse y expandirse.

Estos dos conceptos, Kéter y el "tiempo de Planck", comparten la idea de representar un punto de partida o un estado primordial desde el cual se desarrolla y evoluciona el universo. Así como el "tiempo de Planck" es el período más breve en el que podemos analizar la evolución del universo según las leyes de la física, Kéter es el estado más básico y primordial desde el cual emerge toda la creación en la cosmología cabalística.

Imagina lo maravillosamente extenso que es el Universo, usando como referencia el fotón un año luz es la distancia que la luz recorre en un año en el vacío, a una velocidad de aproximadamente 299792458 metros por segundo, eso es distancia = 299, 792,458 m/s × (1segundo × 60 segundos × 60minutos × 24horas × 365.25 días)=9.461×10^{15} metros, imagina la inmensidad del Universo, sabemos Earendel la estrella más lejana esta 28000



millones de años luz (Strickland, 2022). Lo interesante de este fenómeno es que una partícula que ha recorrido el Universo a la velocidad de la luz por 28000 millones de años luz solo le parecería un instante, así de complejo es el análisis del funcionamiento del universo y su magnificencia.

Al comparar la inmensidad del universo con la distancia que un fotón recorre en un año luz, nos damos cuenta de la vastedad y la complejidad del cosmos. Esta analogía nos permite reflexionar sobre la magnitud y la maravilla de la creación, así como sobre la búsqueda humana por comprender sus misterios más profundos, desde los conceptos metafísicos de la cosmología cabalística hasta las teorías científicas sobre el origen y la evolución del universo.

El "tzimtzum" es un concepto cabalístico que describe la restricción divina, postulando que la luz divina se retiró para permitir la creación del universo. Este acto puede compararse con un destello en la escala del "tiempo de Planck", la unidad temporal más pequeña en la física cuántica. Tanto el "tzimtzum" como el Big Bang representan eventos fundamentales de creación, donde la contracción divina precede a la expansión y evolución del universo. Después del "tzimtzum", se cree que la luz divina vuelve a emanar, dando origen a la creación material y a la complejidad en el universo, similar a cómo la teoría del Big Bang marca el inicio de la expansión cósmica y la formación de estructuras cada vez más complejas.

Kéter representa la energía de la fuente creadora, algo así como una idea genial que motiva e inspira a las personas. No se puede ver ni tocar, pero es esa chispa divina que llena de motivación y vida. Puedes conectarte con Kéter a través de la meditación y la espiritualidad que es la «liberación del alma» atrapada o dominada por lo material, entendiendo que es la conexión entre lo humano y lo divino. Es como la parte divina dentro de cada ser humano, que equilibra lo divino y lo físico, conectándonos con D-os y con los demás.

Para esto una persona necesita tener una evolución en su conciencia entendiendo sobre su propia existencia, de sus estados y de sus actos, al ser consciente y aceptarse a sí mismo tal como es, de manera que logra mejorar su autoaceptación y autoestima. Esto es un paso importante en el camino hacia la autotrascendencia o la comprensión de uno mismo. Nos abre la puerta a una experiencia más profunda de lo espiritual o lo divino en nuestra vida. Se relaciona mucho con las prácticas espirituales como la meditación, la introspección y la búsqueda de la trascendencia personal, es decir tener *"un conocimiento más amplio, libre de convencionalismos, miedos e inseguridades personales."* (sabater, s.f.). Dicha evolución lleva a las personas a una mayor **conciencia y autoconocimiento, a brindar amor incondicional y la compasión hacia los demás, mejor creatividad, empatía y comprensión, búsqueda de significado y trascendencia es decir preguntarse sobre el propósito de la vida y la búsqueda de respuestas trascendentales, desarrollando l**a capacidad de discernir entre el bien y el mal, así como la elección de actuar de manera



ética y moral, la moralidad y la ética pueden verse como manifestaciones de la búsqueda de la virtud y la rectitud.

Por otro lado interviene la voluntad y el deseo, para poder desarrollar Kéter, ambos están relacionados pero son diferentes. La voluntad se basa en elecciones racionales, mientras que el deseo proviene de emociones profundas. Kéter representa la voluntad original, está ligada con Dáat una sefirá especial que representa el "conocimiento" o la "conciencia", es diferente de la noción convencional de conocimiento. En lugar de referirse al conocimiento externo de las cosas fuera de uno mismo, Dáat se refiere al conocimiento de uno mismo, a la conciencia del "yo". Es la percepción interna y la comprensión profunda de uno mismo y de su propia identidad, un desarrollo de la voluntad para acercarse a Kéter.

Kéter también es la fuente de la libertad de elección del ser humano, permitiéndole decidir cómo actuar y reaccionar ante la vida. Cuando esa voluntad se dirige hacia el bien, puede elevar a la persona a un nivel espiritual elevado. Pero también puede convertirse en una fuerza negativa si se usa de manera incorrecta en la vida.

"Cuando un seguidor le pidió al Rabí Najmán que definiera la libertad de elección, el Rebe contestó: Es realmente muy simple: Si lo deseas, lo haces. Si no lo deseas, no lo haces" (tora.org, s.f.)**.**

El Rabí Najman enseña que la capacidad de cambiar es una enseñanza crucial. A menudo, las personas se sienten atrapadas por sus deseos y justifican su comportamiento diciendo que no pueden cambiar, que no pueden hacer las cosas o no pueden hacerlas de otra manera, en fin. Pero él sostiene que en cualquier momento de la vida, una persona puede cambiar simplemente tomando decisiones diferentes.

Según el Rabí Najman, desde el momento en que D-os creó a la humanidad, nos dio el poder de elegir. Si alguien decide buscar la espiritualidad y/o hacer el bien, esa elección permite a D-os a apoyar y activar los poderes de la creación para ayudar en ese deseo. Por otro lado, **si una persona elige seguir sus deseos negativos, D-os también la asiste en ese camino pero implica corrección**.

La voluntad es la clave para liberarse del pasado y avanzar espiritualmente o descender a niveles más bajos (odio, venganza, depresión, ansiedad, pobreza (material, espiritual, autoestima, intelectual, etc.), dolor, oscuridad, cualquier otro). La voluntad controla tanto el comportamiento como el crecimiento espiritual, y es el primer paso en la búsqueda de la espiritualidad, según el Rabí Najman (1772-1810).

¿Cómo sabrás que haz conectado con Kéter? Una persona puede experimentar una sensación de elevación espiritual, como si su alma estuviera ascendiendo hacia una dimensión superior de conciencia. Esta sensación de expansión y conexión con lo divino puede generar una profunda paz interior y serenidad.

Al conectar con Kéter, la persona puede experimentar una mayor claridad mental y una perspectiva ampliada sobre la vida y el universo. Puede experimentar una comprensión intuitiva de la naturaleza de la realidad y de su propio papel en el cosmos.

Kéter puede infundir a la persona con un sentido renovado de propósito y dirección en la vida. Puede sentirse inspirada a seguir su camino espiritual con mayor determinación y dedicación, sintiendo que está alineada con su verdadero propósito y destino.

En algunos casos, la conexión con Kéter puede dar lugar a experiencias místicas y reveladoras, en las que la persona se siente inmersa en la presencia divina y experimenta una profunda comunión con lo sagrado. Estas experiencias pueden ser transformadoras y dejar una impresión duradera en la persona.

Kéter puede manifestarse también en la vida diaria a través de una mayor sensibilidad espiritual, una mayor capacidad para percibir la belleza y la armonía en el mundo, y una mayor compasión y amor hacia los demás. La persona puede sentirse más conectada con la naturaleza y con todos los seres vivos.

Las Sefirot son características en la Cábala que conectan las Sefirot Kéter y Maljut (lo extremos), representando diferentes aspectos de la manifestación divina en el ser humano. Cuando estas Sefirot reciben la influencia de Kéter, la característica principal es que desciende a través de todas ellas hasta Maljut, la persona comienza a sentir la existencia de Kéter y su deseo de otorgar. Y en cada ser humano, esto varía ya que vivimos diferentes experiencias malas y buenas del regalo que es la vida, y estas experiencias que vivimos son necesarias o consecuencia según como se encuentre nuestro árbol de la vida en cada uno de acuerdo a nuestros actos.

Por ejemplo cuando D-os se revelo a Moisés en el monte Sinaí le dice "Yo seré el que seré" (Éxodo 3:14). Esta frase sugiere una noción más dinámica de D-os. Implica que D-os no está limitado en su acción y se revelará a sí mismo de acuerdo con las necesidades cambiantes de las personas a lo largo del tiempo. En otras palabras, D-os es quien decide cómo se manifiesta a sí mismo a lo largo de la historia y se adapta a las circunstancias y necesidades de los seres humanos según su fe y sus acciones. Esta interpretación enfatiza la relación activa de D-os con la humanidad y su disposición para estar presente y ayudar en todas las circunstancias. Pero D-os nos asiste igual cuando hacemos las cosas mal: *"Dios no castiga, el que conoce el corazón de D-os sabe que D-os no castiga. D-os es un padre y un padre bueno…un padre bueno no castiga, un padre bueno corrige"….* ***"Es imposible que D-os castigue, pues el castigo viene del odio****, y en D-os no hay lugar para el odio, en cambio, la corrección viene del amor. D-os que es nuestro Padre, sólo anhela nuestra edificación, por eso nos corrige."* (Arráiz, s.f.)

Dios corrige el balance del árbol de la vida aunque nosotros no lo aceptemos, solo D-os quita y D-os da, entre más nos alejamos de Kéter nuestro Tikún (corrección) será



complicado y estaremos en oscuridad, porque venimos a aprender a este mundo y en esta vida.

Esto implica que la naturaleza de la relación entre D-os y el ser humano depende en última instancia de la elección y la voluntad de la persona, somos libres de acercarnos o alejarnos de Él. D-os está dispuesto a asistir a las personas en su aprendizaje. Esto sugiere que la fe y la relación con lo divino son experiencias personales y únicas.

Un ejemplo de esto sería cuando Kéter da luz divina a Maljut a través de las demás Sefirot, es como alguien que quiere regalar algo a otro como un regalo especial. A medida que este regalo se transmite a través de las diferentes etapas representadas por las Sefirot (Jojmá, Biná, Jésed, Geburá, Tiféret, Netsaj, Hod y Yesod), Maljut comienza a sentir la presencia de Kéter y su deseo de dar. Sin embargo, Maljut también se da cuenta de la diferencia entre lo que Kéter quiere dar y lo que Maljut está lista para recibir. Esta disparidad crea un sentimiento de vergüenza en Maljut, como si no estuviera a la altura de la generosidad de Kéter.

Para lidiar con esta diferencia, Maljut decide restringir o limitar lo que recibe de Kéter y esto implica una corrección, en términos simples entre más estemos desequilibrados en nuestra acciones menos será la luz que recibimos, esto a largo de nuestras vidas se convierte en Tikún.

La Cábala nos enseña que cada uno de nosotros nace en este mundo con algo llamado "Tikún" (puede ser más de uno), que significa "corrección" en hebreo. Este Tikún se refiere a aspectos personales que estamos destinados a reparar o "corregir" en esta vida. Lo que hicimos en encarnaciones anteriores, como nuestras decisiones o acciones basadas en la reactividad y el egoísmo, influye en nuestra vida actual. Desde la perspectiva cabalística, la reencarnación es el proceso que el alma atraviesa para corregir estos comportamientos.

Es importante entender que el Tikún no es un castigo, sino una oportunidad para que nuestra alma progrese y alcance su máximo potencial. Cada persona tiene un Tikún único que puede manifestarse en áreas como la autoestima, el dinero, la ira o las relaciones y otras cosas que son importantes. Se manifiestan problemas en nuestra vida.

Cuando comenzamos a reconocer nuestro Tikún, nuestra vida comienza a tener más sentido, gracias eso enfrentamos los problemas viéndolos como desafíos. Esto se debe a que comprendemos que esas dificultades están allí por una razón: nos permiten transformar los aspectos egoístas que llevamos de vidas pasadas. En lugar de ver los obstáculos como castigos, los vemos como oportunidades para crecer y evolucionar espiritualmente.

La idea de sentir una disparidad entre lo que uno quiere dar y lo que puede recibir, y la decisión de limitar lo que se recibe, puede aplicarse a situaciones de la vida cotidiana, incluso para personas que no están familiarizadas con la Cábala, ya que la luz del creador

está presente en cada ser humano en menor o mayor medida como menciona *ISAÍAS 45:5 "Yo soy el Señor; no hay otro D-os. Te he preparado para la batalla, aunque tú ni siquiera me conoces"*. Un ejemplo cuando una persona no son buenas sus acciones, Maljut restringe en esa proporción la luz que recibe de Kéter, en función de nuestras acciones con los demás y nuestro ego.

Cuando experimentamos Kéter lo que damos y recibimos son bendiciones, debido a que Kéter representa la esencia misma de D-os y que su influencia se extiende a través de todas las demás sefirot, o emanaciones divinas.

Las bendiciones son expresiones de la influencia benévola y la energía divina que emana de Kéter y se transmite a través de las otras sefirot hacia el mundo material. Se considera que las bendiciones son canales a través de los cuales la luz divina fluye desde Kéter hacia las personas y el universo en su conjunto.

Cuando se emiten bendiciones, se invoca la conexión con Kéter y se abre un canal para recibir su energía y su influencia positiva. Se cree que las bendiciones tienen el poder de atraer la protección, la abundancia y la armonía divinas hacia la vida de las personas.

¿A qué se refiere dar y recibir? ¿Cómo es eso en la Cábala?

Lo logramos al mostrar bondad y compasión hacia los demás en nuestras acciones diarias, estamos compartiendo bendiciones con aquellos que nos rodean. Gestos simples como ayudar a alguien en necesidad, ofrecer palabras de aliento o expresar gratitud pueden tener un impacto positivo en la vida de los demás y atraer bendiciones hacia ellos y hacia nosotros mismos.

Escuchar activamente, ponerse en el lugar del otro y ofrecer apoyo emocional son formas de compartir bendiciones con quienes nos rodean. Cuando practicamos la empatía y la comprensión, creamos un espacio para que otros se sientan valorados y comprendidos, lo que puede generar sentimientos de gratitud y conexión.

Trabajar para resolver conflictos de manera pacífica, fomentar la reconciliación y cultivar relaciones positivas contribuye a crear un entorno de armonía y bienestar. Al hacerlo, compartimos bendiciones de paz y unidad con aquellos que nos rodean y con la comunidad en general.

Compartir momentos de alegría, celebración y gratitud con otros es otra forma de compartir bendiciones a través de nuestras acciones. Organizar eventos sociales, celebrar logros y compartir experiencias positivas son maneras de cultivar la felicidad y el bienestar en nuestra comunidad.

Trabajar por causas nobles, defender los derechos humanos y contribuir al bienestar de la sociedad en su conjunto es una forma poderosa de compartir bendiciones a través de



nuestras acciones. Al luchar por un mundo más justo y equitativo, estamos sembrando semillas de esperanza y bendición para las generaciones futuras.

Aquí quiero hacer énfasis en que es súper emocionante hablar sobre esto. En la Cábala, imagina que es como una especie de "poder", ¡cuando aprendemos que recibir y compartir son súper importantes!

¿Sabes por qué? Porque cuando compartimos, hacemos felices a otras personas, cuando lo hacemos sin condiciones, eso nos hace sentir súper bien también. Imagina tenemos cosas como invitar alguien un café o a comer, pasar tiempo, ayudar a otros, dar alegría, dar un abrazo a alguien que lo necesita, conversar, contar chistes, estar compartiendo tu tiempo en momentos de tristeza, alegría, necesidad, etc. ¡y decides compartir esto con tus amigos o seres queridos o con otras personas! Ellos se ponen felices, ¡y tú también te sientes contento porque los hiciste sonreír! También haciéndolo en la medida de no incomodar o que se malinterprete, debes saber cuándo necesario o cuando no se puede o no se debe.

Y cuando recibimos cosas de valor como un abrazo, una sonrisa, una gran conversación, un consejo, una enseñanza, cuando compartimos momentos con los demás, en fin (no cosas materiales) es como un regalo, es como si alguien nos diera amor y cariño. ¡Es súper especial! Pero aquí viene la parte más emocionante: en la Cábala, nos dicen que cuando compartimos y recibimos con amor, nos conectamos con algo súper, súper grande y especial que llamamos "Kéter". Es como una súper chispa mágica de bondad.

Entonces, compartir y recibir no solo hace felices a las personas, ¡también nos acerca a algo maravilloso y lleno de amor! Así que recuerda, compartir y recibir es como un súper poder que hace que el mundo sea un lugar más feliz y especial. ¡Y eso es emocionante!

En la Cábala existen dos conceptos para entender cómo funciona Kéter (corona), son la Kedushá (santidad) y Sitra Ajra (el otro lado).

- **Kedushá** es la santidad y se considera en equivalencia con Kéter.
- **Sitra Ajra** es la fuerza opuesta que busca recibir para uno mismo.

La anulación del deseo de recibir y la búsqueda de la equivalencia con Kéter la raíz divina, son fundamentales para alcanzar la conexión con el Creador en la Cábala.

Existe la adhesión a la raíz divina con la anulación del deseo de recibir para acercarnos a Kéter y si no tenemos esta adhesión lleva a la separación de la raíz y a permanecer en el estado de Sitra Ajra perdiendo la conexión con el Creador, dejando de recibir la luz divina.

No debemos confundir la el "deseo de recibir" y "recibir" porque radica en la intención y la actitud detrás de la acción de tomar o recibir algo.



Deseo de recibir: Este término se refiere al anhelo o la inclinación natural de una persona hacia la satisfacción de sus propias necesidades, deseos o placeres. Es una parte inherente de la naturaleza humana, ya que todos tenemos deseos y necesidades que buscamos satisfacer para nuestro propio beneficio. El "deseo de recibir" puede ser egoísta en su forma más básica, ya que a menudo implica la búsqueda de gratificación personal sin considerar a los demás.

Recibir: Este término se refiere al acto de aceptar o tomar algo que se nos ofrece o se nos brinda, ya sea material, emocional o espiritualmente. La acción de "recibir" en sí misma no es necesariamente negativa ni egoísta. A veces, es necesario recibir para satisfacer nuestras necesidades legítimas, como recibir comida, amor, el sueldo, bendiciones, apoyo, conocimiento, en fin. La diferencia crucial radica en la intención detrás de la recepción. En Cábala representa la fase en la que las criaturas reciben la influencia divina. Este aspecto se asocia con la receptividad, como un recipiente que recibe contenido. Las personas están destinadas a recibir la energía divina y las bendiciones, pero el desafío está en hacerlo de manera consciente y humilde, reconociendo que todo proviene de lo divino. Pero Recibir es inherente a compartir.

Compartir: Implica el acto de dar y compartir con los demás. (En esta parte ya estas practicando la sefirá Jésed date cuenta cómo se va en lazando esto) se relaciona con la generosidad, la compasión y el acto desinteresado de dar sin esperar nada a cambio. Este aspecto destaca la importancia de extender la luz divina y las bendiciones a los demás, creando armonía y equilibrio en el universo.

En este contexto, "recibir" se refiere a la capacidad de abrirse y aceptar la energía divina que fluye a través de las Sefirot. Cada Sefirá actúa como un canal para recibir aspectos específicos de la luz divina. Al permitirnos recibir estas bendiciones espirituales, nos conectamos con lo sagrado y experimentamos la plenitud.

Por otro lado, "compartir" implica transmitir esta energía divina a otros y al mundo. Cuando compartimos las bendiciones que recibimos, estamos contribuyendo a la expansión y flujo continuo de la luz divina en el universo. Esta acción generosa y altruista no solo beneficia a quienes reciben, sino que también refuerza nuestra conexión con lo divino.

Kéter representa el deseo de hacer cosas buenas y ayudar a otros, como compartir con tus amigos o amigas, y con las personas a tu alrededor lo que te lleva a estar cerca de la Kedushá, que significa hacer cosas especiales y buenas. Pero también recuerda que existe la Sitra Ajra, que es hacer cosas egoístas y solo pensar en ti mismo, como no compartir.
Cuando decides hacer cosas buenas y compartir, estás conectado a la corona Kéter y a la Kedushá. Pero si decides ser egoísta, hacer mal a otros o no compartir, te alejas.

Pero hay que hacer un paréntesis **“tú no puedes hacer cambiar a nadie, solo tú puedes cambiarte a ti mismo y en el proceso puede que ayudes o no a cambiar a otros”**, la



Cábala enfatiza la idea de que cada individuo tiene su propio camino espiritual y su conexión única con lo divino. La transformación personal es vista como un proceso interno que implica trabajar en uno mismo para elevar la conciencia y acercarse a la divinidad. En lugar de intentar cambiar a los demás, se nos insta a centrarnos en nuestras propias acciones, pensamientos y comportamientos.

Esta perspectiva se basa en varios principios cabalísticos:

1. **Libre albedrío:** Cada persona tiene libre albedrío para elegir su camino espiritual. Intentar imponer cambios a los demás podría interferir con este principio y no permitir el crecimiento genuino.
2. **Rectificación personal:** Sostiene que cada individuo tiene áreas de su propia alma que necesita rectificar o corregir. Concentrarse en cambiar a uno mismo se alinea con el proceso de rectificación personal, permitiendo un crecimiento espiritual más profundo.
3. **Reflexión interna:** La transformación real proviene de la reflexión interna, la autoevaluación y la corrección personal. Intentar cambiar a los demás externamente no aborda las raíces profundas de la transformación espiritual.
4. **Armonía cósmica:** Al trabajar en nuestra propia rectificación, contribuimos a la armonía cósmica y al equilibrio en el universo. La Cábala enseña que cada individuo es una parte integral de un todo mayor, y al cambiar nosotros mismos, afectamos positivamente el conjunto.

Entonces, es importante tratar de ser amable y hacer cosas buenas para estar cerca de Kéter, en lugar de alejarte. Eso es lo que nos enseña la Cábala, una enseñanza especial, recuerda que el ser humano es imperfecto por lo tanto solo D-os alcanza a Kéter al 100%, nosotros venimos a vivir experiencias y para aprender en este mundo, por eso debemos de acercarnos lo más que se pueda a Kéter.

Entonces ya sabes ¡Lo emocionante que es Kéter! Imagina que es como el súper inicio de todo, ¡es como el primer botón que se presiona para hacer funcionar una súper máquina increíble!

Kéter es como lo "muy, muy importante" en la lista de cosas geniales. Representa la energía de la súper fuente creadora que hizo todo lo que vemos a nuestro alrededor, como los árboles, los animalitos y nosotros mismos. ¡Es como la chispa mágica que hace que todo funcione!

Pero lo más genial de Kéter es que nos conecta con lo divino. Es como un enlace especial entre nosotros y D-os. ¡Nos recuerda que todos somos parte de algo más grande y especial!

Sin embargo, cuando nos acercamos Kéter estamos aprendiendo constantemente, cuando alguien es llamado sabio y lo acepta sin humildad, en realidad está demostrando ego en

lugar de verdadera sabiduría. Un verdadero sabio comprende que el aprendizaje y el crecimiento son procesos infinitos, y que siempre debe considerarse a sí mismo como un eterno aprendiz. Ante la grandeza divina, ¿quién puede afirmar ser sabio? Solo D-os posee ese conocimiento absoluto.

En la Cábala, reconocemos que somos meros aprendices en busca de la sabiduría universal. La paradoja radica en que nunca alcanzamos el conocimiento completo, siempre estamos adquiriendo nuevas perspectivas. Kéter simboliza el potencial infinito de nuestra alma, y a medida que avanzamos en nuestro viaje espiritual, revelamos más de ese potencial y atraemos bendiciones a nuestra vida.

Kéter se representa como una corona, pero es importante destacar que la corona no nos la colocamos a nosotros mismos. Son los demás quienes reconocen nuestra sabiduría y nos otorgan ese título. Auto-nombrarse sabio es un acto de egoísmo.

La luz divina que emana de Kéter es una fuente de iluminación para nosotros, y su medida radica en cómo utilizamos y compartimos los dones que D-os nos ha dado. No se trata de riquezas materiales, sino de la sabiduría y el conocimiento que adquirimos a través de nuestras experiencias en esta vida.

La paradoja de Kéter reside en que llegamos a ella al ser conscientes de que nunca llegamos a Kéter, siempre estamos en constante búsqueda y aprendizaje. Compartir y recibir conocimiento y luz divina en este mundo nos ayuda a expandir nuestro potencial y a llevar una vida más plena, superando los desafíos que se nos presentan en nuestro camino.

Entonces, Kéter es como un recordatorio súper feliz de lo importante que somos y de lo increíble que es todo lo que nos rodea. ¡Así que siempre recordemos que somos parte de algo grandioso y especial! ¡Y eso nos llena de alegría! El "Árbol de la Vida" representa un sistema que culmina en un destino concreto, en constante evolución hacia el desarrollo de lo que conocemos como conciencia. En este contexto, "Kéter" se vislumbra como el punto culminante, el éxtasis que se alcanza a comprender y experimentar plenamente este proceso. Debemos de cuestionarnos nuestros supuestos "apriori" (creencias o ideas que asumimos como ciertas antes de examinarlas) para poder alcanzar un mayor conocimiento.

[Kéter]: La Relación Dinámica entre D-os y la Humanidad:

La concepción de D-os como una entidad dinámica que se manifiesta a lo largo de la historia, adaptándose a las circunstancias y necesidades de los seres humanos, resalta una relación activa y continua entre lo divino y la humanidad. En este enfoque, D-os no es una fuerza estática, sino un guía presente, dispuesto a intervenir y ayudar en todas las situaciones.

La idea de que D-os asiste incluso cuando cometemos errores desafía la noción tradicional de castigo divino. Según esta perspectiva de la Cábala, D-os no castiga, sino que corrige. Se presenta a D-os como un padre benevolente que, en lugar de impartir castigos motivados por el odio, ofrece correcciones guiadas por el amor. Este enfoque recalca la bondad intrínseca de D-os y su deseo de edificar a sus hijos.

La corrección divina se vincula con la noción de Tikún, la corrección del balance en el árbol de la vida de la Cábala. Este proceso se complica cuando nos alejamos de Kéter perdemos la conexión con lo divino. Alejarse de esta conexión dificulta el Tikún y sumerge al individuo en la oscuridad, ya que la vida terrenal se concibe como un aprendizaje continuo y una oportunidad de corrección.

Esta perspectiva sugiere que la naturaleza de la relación entre D-os y el ser humano está intrínsecamente ligada a la elección y voluntad individual. En este contexto, la fe no es un conjunto de reglas universales, sino una experiencia personal que se desarrolla a través de la elección consciente y la disposición del individuo.

La visión de un D-os que se manifiesta y adapta las circunstancias, ofreciendo correcciones en lugar de castigos, destaca la relación activa y dinámica entre lo divino y la humanidad. La elección individual y la voluntad personal juegan un papel crucial en la forma en que experimentamos y nos conectamos con lo divino, sugiriendo que la fe es una travesía única para cada individuo.

La Fe en D-os, la dicotomía entre ciencia y religión ha sido un campo de debate constante, con sus raíces en enfoques fundamentales opuestos: la evidencia frente a la fe. La intersección de estos dos mundos aparentemente divergentes, centrándose en la pregunta esencial de si la existencia de D-os puede ser sometida al escrutinio científico.

La ciencia, como disciplina, se erige sobre la base de la evidencia tangible y verificable. Se apoya en experimentos y observaciones para construir explicaciones lógicas y reproducibles. En contraste, la religión se sustenta en la fe, una creencia profunda e intrínseca que escapa al escrutinio empírico. Esta diferencia fundamental plantea un dilema: ¿puede la ciencia, con su enfoque en lo cuantificable, abordar la existencia de lo divino?

Una breve incursión en la mecánica cuántica introduce la posibilidad de fenómenos que desafían nuestra comprensión convencional del tiempo y el espacio. La información cuántica, según esta rama de la física, puede transmitirse instantáneamente, aparentemente superando la velocidad de la luz. Este concepto provoca una reflexión sobre las limitaciones de nuestras percepciones y abre la puerta a interrogantes sobre la existencia de D-os y sus capacidades, un ejemplo al ser omnipotente ¿Puede viajar más rápido que la luz?, ¿Puede crear una piedra tan pesada que ni el mismo pueda levantar?, ¿Puede estar en todas partes? Y en fin podemos plantear preguntas de lo más originales y cuestionar su omnipresencia.

Sin embargo, un ejemplo es la pregunta fundamental sobre si D-os puede o no viajar más rápido que la luz, no puede ser universalmente afirmativa ni negativa, lo mismo que con el caso de la piedra, etc. La perspectiva individual y las creencias personales desempeñan un papel crucial. Aquellos que sostienen una fe en D-os pueden concebir que, en su omnipotencia, D-os está más allá de las restricciones físicas. Para quienes carecen de esta creencia, la inexistencia de un D-os que desafíe las leyes de la física parece una conclusión lógica. E incluso hay algunos argumentos muy simples, por ejemplo, si D-os es omnipotente entonces puede crear una piedra tan pesada que ni el mismo la pueda levantar, lo cual crea una paradoja, ¿Qué necesidad tendría? Sin embargo, si D-os no puede levantar la piedra, entonces no sería completamente omnipotente.

Esta paradoja se basa en una comprensión limitada de lo que significa ser omnipotente. La omnipotencia no implica la capacidad de hacer algo que sea lógicamente imposible. Por ejemplo, crear una piedra tan pesada que ni siquiera D-os pueda levantarla es una paradoja lógica, ya que implica una contradicción en los términos. Una piedra que sea absolutamente inmóvil contradice la idea de omnipotencia.

La omnipotencia implica tener poder absoluto sobre lo que es lógicamente posible y coherente con la naturaleza de D-os. D-os puede hacer cualquier cosa que sea coherente con Su naturaleza y las leyes lógicas del universo. Sin embargo, no puede realizar actos que contradigan su propia naturaleza, como crear una piedra que sea imposible de levantar.

Por lo tanto, la paradoja de la piedra no invalida la idea de la omnipotencia divina. Más bien, destaca la necesidad de comprender la naturaleza de la omnipotencia dentro de los límites de la lógica y la coherencia. La omnipotencia divina se refiere al poder absoluto y la supremacía de D-os dentro de los confines de lo que es lógicamente posible y coherente con su naturaleza divina.

En última instancia, la coexistencia de ciencia y religión plantea preguntas que desafían las fronteras de nuestro entendimiento. La intersección de la mecánica cuántica y la teología destaca las complejidades de explorar lo divino a través de lentes científicas. Este análisis resalta la importancia de reconocer que, en la convergencia de estas perspectivas aparentemente irreconciliables, la respuesta a la existencia de D-os puede residir en la subjetividad única de cada individuo.

¿Dios es omnipotente? En última instancia, la respuesta a esta pregunta depende de la perspectiva de cada persona: si creen en D-os, pueden pensar que D-os puede hacer cualquier cosa, incluso viajar más rápido que la luz. Si no creen en D-os, entonces no existe un D-os que pueda romper las leyes de la física (Grady, ¿Puede la física demostrar la existencia de Dios?, 2021).

La existencia de D-os es un tema profundamente debatido y que ha generado diversas interpretaciones a lo largo de la historia. Si bien no hay una "prueba" definitiva de la



existencia de D-os que sea aceptada universalmente, se han propuesto varios argumentos filosóficos y teológicos que intentan demostrar su existencia. Aquí presento uno de esos argumentos, conocido como el argumento cosmológico:

1. **Principio de Causalidad**: Este argumento se basa en la idea de que todo en el universo tiene una causa. Nada puede venir de la nada, y cada efecto tiene una causa que lo precede.
2. **Causa Primera**: Si seguimos retrocediendo en la cadena de causas, llegaremos a un punto en el que debió haber una primera causa que dio origen a todo lo demás. Esta primera causa es lo que se conoce como la "causa primera" o la "causa no causada".
3. **Naturaleza de la Causa Primera**: La causa primera debe ser necesaria, es decir, su existencia no depende de ninguna otra cosa. Debe ser eterna, ya que si tuvo un comienzo, requeriría una causa que la creara, lo que la convertiría en una causa secundaria.
4. **Dios como la Causa Primera**: La causa primera, que es necesaria y eterna, se identifica comúnmente con D-os. Se argumenta que solo un ser supremo, que existe por sí mismo y no depende de ninguna otra cosa, puede cumplir con los criterios de la causa primera.

Este argumento, sin embargo, ha sido objeto de debate y crítica a lo largo de los siglos. Algunos cuestionan la validez del principio de causalidad en el ámbito cósmico y cuestionan si realmente podemos aplicar las leyes de causa y efecto al universo en su totalidad.

Es importante recordar que la existencia de D-os es una cuestión de fe y creencia personal, y que las pruebas o argumentos filosóficos pueden ser convincentes para algunos, pero no para otros. La demostración de la existencia de D-os, en última instancia, puede depender de la interpretación individual y la experiencia personal de cada individuo.

[Kéter]: Caminos y Conexiones en el Árbol Sefirótico:

Kéter se conecta directamente con Ein Sof, la infinita luz divina, estableciendo la conexión entre la emanación divina y los atributos que le siguen en la creación, se conecta con las siguientes Sefirot:

- La conexión con Jojmá, la Sabiduría, implica la recepción y comprensión de esa voluntad divina. Juntas, forman una conexión entre la esencia divina y la comprensión intuitiva de esa esencia.
- La conexión con Biná permite que Kéter se exprese de manera más clara y comprensible, transformando la voluntad divina en conceptos y conocimiento comprensible.
- La conexión con Tiféret implica que la voluntad divina y su comprensión se manifiesten de una manera equilibrada y armoniosa en la creación.

Para comprender Kéter, imaginemos las sefirot como una cadena de comandos que va desde la idea (Jojmá) hasta el cumplimiento (Maljut). Sin embargo, en la realidad, un acto nunca comienza con una "idea", sino con una "voluntad" o "deseo".

La asociación entre las sefirot Kéter y Maljut, simbolizando respectivamente la corona superior e inferior, no es fortuita. Maljut, a veces llamada atarah (atará, significa corona), se considera como la corona inferior, subrayando la unidad entre Kéter y Maljut (soued.chez.com, s.f.).

Kéter representa el punto de equilibrio de donde emana el rayo de luz que inicia la creación del universo. Encarna la luz perdida (Ayin), en contraste con Maljut, que simboliza la luz recuperada. Este proceso cósmico se origina en Kéter, donde la voluntad divina da a luz la realidad (idixa, s.f.).

Cada sefirá representa un aspecto específico de la divinidad y todas están interconectadas. Kéter se considera la fuente de todas las demás sefirot, y todas las demás sefirot se ven como manifestaciones y expresiones de Kéter. Así, Kéter es la corona que une y abarca todas las demás sefirot, representando la totalidad y la unidad divina (bussolabiblica.com, s.f.).

Se le considera la fuente primordial de toda la creación, pero como mencione anteriormente a menudo no se incluye al contar las sefirot junto con las demás. ¿Por qué? (Leiberman S. , aishlatino, s.f.)

Imagina que estás en una habitación oscura y de repente, alguien enciende una linterna brillante. ¿No es increíble cómo esa pequeña luz puede iluminar toda la habitación? Bueno, así es como funciona D-os en nuestras vidas, ¡como una luz brillante que nos guía y nos llena de amor y sabiduría!

En la Cábala, una tradición especial dentro del judaísmo, hay algo llamado "Kéter". Kéter es como la fuente de la luz de D-os, es la idea original y maravillosa que está detrás de todo lo bueno que pasa en el mundo. Es como cuando alguien decide hacer algo bueno solo porque quiere, sin necesidad de una razón especial. Eso es lo que llamamos "Kéter", es como la cosa principal que está en la mente de D-os, ¡y es solo amor y generosidad!

Ahora, piensa en D-os como una gran linterna, y nosotros como pequeñas luces tenues. D-os, en su bondad y amor, decide compartir un poco de su luz con nosotros. ¿Por qué? ¡Porque nos ama y quiere que también tengamos un poco de su luz! Así como cuando un niño comparte su juguete favorito con un amigo porque quiere verlo feliz, D-os comparte su amor y sabiduría con nosotros para que nuestras vidas sean más brillantes y felices.

Y sabes qué, esta idea nos dice que todas las cosas buenas que suceden en nuestras vidas vienen de D-os y su amor por nosotros. Es como si D-os nos estuviera enviando mensajes de amor y sabiduría a través de las cosas buenas que pasan.



Entonces, aunque no podemos ver a D-os como vemos la luz de una linterna, podemos sentir su amor y su presencia en todas las cosas buenas que nos rodean. Así que la próxima vez que veas una luz brillante, ¡recuerda que es un poco como el amor de D-os iluminando tu vida!

A continuación profundizaremos en esta interacción es crucial para entender la complejidad del universo según la Cábala.

Kéter (Corona) es como el punto de partida de todo, la chispa inicial de la creación. Representa la voluntad primordial de D-os, la fuente de todo lo que existe. Es como el momento en que tienes una idea brillante, esa chispa creativa que da inicio a todo.

Jojmá (Sabiduría) es la siguiente en la fila. Imagínala como la luz que surge de esa idea brillante. Es la sabiduría divina, la comprensión intuitiva que nos permite ver las cosas con claridad. Es como cuando tienes una idea genial y de repente todo tiene sentido.

Biná (Entendimiento) profundiza esa sabiduría. Es como si llevaras esa idea genial a una mesa de trabajo y la analizaras en detalle. Biná nos permite desglosar la sabiduría de Jojma en partes comprensibles y accesibles. Es como cuando realmente te sientas a reflexionar sobre una idea y llegas a entenderla completamente.

Ahora, ¿cómo interactúan estas tres? Bueno, es como un baile cósmico de energía y comprensión.

- **Kéter a Jojma**: Kéter es como la musa que inspira la sabiduría de Jojmá. Es la fuente de esa idea brillante, proporcionando la esencia primordial de la sabiduría divina. Así que Jojmá emerge de la voluntad original de D-os, como una especie de chispa creativa que se convierte en sabiduría.
- **Jojma a Biná**: Jojmá no se queda quieta, se expande y profundiza en Biná. La sabiduría intuitiva inicial se somete a un análisis detallado en Biná. Es como si llevaras esa idea genial a un laboratorio y la desglosaras en sus componentes básicos para entenderla completamente.
- **Bina a Kéter**: Pero el viaje no termina ahí. Biná regresa a Kéter a través de la reflexión y la comprensión. Es como si volvieras al punto de partida después de haber entendido completamente esa idea brillante. Este ciclo de retorno completa el proceso de emanación y comprensión divina.

Kéter establece el tono, Jojma canaliza la sabiduría y Biná profundiza en la comprensión. Juntas, estas tres Sefirot forman un ciclo continuo de emanación y retorno que es fundamental para la cosmología cabalística. Es como un baile cósmico donde la energía y la sabiduría se entrelazan en un eterno flujo creativo.

[Kéter]: Relación con la Creación:



Imagina que Ein Sof es como el vasto océano del potencial infinito y eterno. Este océano es tan expansivo que no tiene límites ni confines. En este océano, todo lo que es, fue y será existe en un estado no manifestado, en una unidad cósmica de posibilidades.

D-os, siendo la entidad divina suprema, se experimenta a sí mismo a través de esta inmensidad infinita. Sin embargo, para que la creación y la existencia se manifiesten, D-os realizo un acto divino de autolimitación y oculta parte de su esencia en lo que se conoce como Tzimtzum (equiparable a la Teoría del Big-Bang), una retirada o contracción.

La Ein Sof es como la corriente de energía que fluye desde este océano divino. Es la luz infinita, la fuerza creativa que fluye desde la esencia divina hacia la manifestación. Este flujo de energía es la chispa primordial que da origen a todas las cosas.

D-os no es solo una entidad estática y distante, sino más bien una presencia dinámica y creativa que fluye constantemente. D-os elige manifestarse a través de Ein Sof, que actúa como el puente entre lo trascendental e infinito y el mundo finito y tangible.

Al igual que la voluntad humana es trascendental y envuelve a toda la persona, la voluntad y propósito del Creador en la producción de un plano de realidad es trascendental y abarca toda la estructura interna de ese mundo. Kéter es la sefirá trascendental, abarcadora y, en general, más allá de la comprensión humana, marcando el comienzo del proceso de revelación comprensible en la sefirá de Jojmá (Miller M. , 2024).

Es como si D-os, al ser la fuente de todo, decidiera compartir su esencia a través de esta corriente de luz ilimitada. Ein Sof es la conexión entre lo divino y lo terrenal, una expresión de la generosidad divina que permite la existencia y la creatividad en el universo. Así, D-os, al estar compuesto de Ein Sof, se revela como un ser que fluye, que crea y que se manifiesta a través de la interacción constante con su creación.

A continuación explico cómo se relaciona con Kéter:

1. **Ein Sof:**
    - Ein Sof se traduce como "sin fin" o "infinito". Representa la esencia ilimitada y eterna de D-os. Antes de la creación, todo es uno con Ein Sof, sin ninguna distinción. Es la totalidad infinita de la divinidad.
2. **Or Ein Sof:**
    - Or Ein Sof significa "la luz del infinito". Esta es la primera emanación de la luz divina que surge de la esencia ilimitada de Ein Sof. Or Ein Sof es la chispa creativa que comienza a descender desde la esencia divina, marcando el inicio del proceso creativo.
3. **Ayin:**
    - Ayin se traduce como "nada" o "vacío". En este contexto, Ayin representa la etapa en la que la luz divina se retira o se contrae para permitir el espacio y la creación del universo. La retirada de la luz de Ayin es una especie de

"Tzimtzum", una restricción divina necesaria para que pueda existir una realidad finita.

4. **Kéter:**
   - Kéter significa "corona" y representa la primera emanación después de Ayin. Es la fuente de la luz que da origen a todas las demás sefirot y a la creación misma. Kéter simboliza la voluntad divina y la conexión con la esencia pura de D-os. Es la corona que inicia el proceso de creación y manifestación divina. Se encuentra en el borde del vacío (idixa, s.f.), más allá de los límites del mundo tangible y de cualquier relación definida. A veces asimilada al vacío (Ayin), resulta ser el puente que reconcilia a creyentes y ateos. Su Nombre Divino, "Ehyeh Asher Ehyeh" (Yo soy lo que soy), abarca el pasado, el presente y el futuro, simbolizando una eternidad que trasciende los horizontes temporales.

Dentro de Kéter, hay dos conceptos importantes relacionados a Kéter llamadas Atik Yomin (o Atik) y Arich Anpin (Miller M. , 2024).

1. **Atik Yomin (o Atik):**
   - Atik es a veces conocido como "temira d'chol temirin", lo cual significa "lo más oculto de todo". Esto sugiere que Atik es la parte más secreta y escondida dentro de Kéter.
   - También se le llama "ayin", que significa "nada". Esta designación destaca la idea de que Atik está más allá de nuestra comprensión y es como un misterio profundo.
2. **Arikh Anpin:**
   - Arich Anpin es una expresión que significa "Rostro Largo" o "Rostro Extenso" en arameo, es el otro aspecto relacionado a Kéter. Se puede entender como la expresión externa de la voluntad divina.
   - En contraste con la naturaleza oculta de Atik, Arikh Anpin representa la manifestación externa de la voluntad de D-os en la creación de un mundo específico.

Arikh Anpin representa la parte compasiva y misericordiosa de D-os. Se considera una expresión del aspecto masculino de la Divinidad, en contraste con Zeir Anpin, que representa el aspecto femenino.

Dentro del árbol sefirótico, Arikh Anpin se asocia principalmente con las sefirot superiores, especialmente con las sefirot de Kéter (corona), Jojmá (sabiduría) y Biná (entendimiento), que representan aspectos elevados de la divinidad y la conciencia cósmica.

Los "rostros" en la Cábala se refieren a los aspectos y manifestaciones de la Divinidad que se encuentran en diferentes niveles y dimensiones del árbol sefirótico. Hay varios "rostros" que representan diferentes aspectos de la Divinidad y su relación con el universo y la humanidad.



En el árbol sefirótico, cada sefirá representa un aspecto diferente de la Divinidad, y los "rostros" se consideran las diversas formas en las que D-os se revela y se relaciona con el mundo y la humanidad a través de esas sefirot.

Algunos de los "rostros" más importantes incluyen:

1. **Arikh Anpin**: Como mencioné anteriormente, representa el aspecto compasivo y misericordioso de D-os.
2. **Zeir Anpin**: También conocido como "Rostro Pequeño", representa el aspecto masculino y dinámico de la Divinidad.
3. **Abba y Ima**: Que significan "Padre" y "Madre" respectivamente, estos son los aspectos masculino y femenino de la Divinidad, que se asocian con las sefirot de Jojmá y Biná.
4. **Adonai**: Significa "Señor" en hebreo y se asocia con la sefirá de Maljut (Reino), que representa la manifestación divina en el mundo físico.

Estos "rostros" y manifestaciones divinas en el árbol sefirótico son parte de una cosmología compleja y simbólica que se utiliza en la Cábala para comprender la naturaleza de D-os y la creación.

Kéter es la fuente en el arquetipo (Modelo original y primario) del Árbol de la Vida se encuentra la naturaleza divina del Creador, denominada Ein Sof, "sin fin", sugiriendo la perfección y la infinitud del Creador, más allá de las limitaciones de tiempo y espacio. La existencia física, que emana de las Sefirot, se sitúa por debajo de ellas. El Árbol de las Sefirot se considera el enlace entre estos dos reinos, extendiéndose entre el cielo y la tierra (walkingkabbalah, s.f.).

Kéter se arraiga en Ein Sof, la naturaleza divina del Creador. Kéter es tan elevada que resulta incomprensible para el ser humano, siendo llamada "la más oculta de todas las cosas ocultas" y referida como "Ayin", nada. Se le atribuye este nombre porque es tan sublime y oculta que nada puede ser dicho o postulado acerca de ella. Es la energía divina que se manifiesta en los otros nueve atributos del Árbol de la Vida, dando forma y propósito a la existencia. Kéter se representa como las coronas medievales tenían un agujero, lo cual simboliza la necesidad de permitir que la luz divina descienda y luego elevarla nuevamente. Esto puede entenderse como recibir inspiración o sabiduría divina y luego aplicarla y compartirla con los demás.

En los reinos espirituales más elevados, Kéter es como la voluntad original de D-os. Imagina que es como la idea primordial detrás de todo lo que existe. Pero aquí está la peculiaridad: es tan profunda y fundamental que no podemos entenderla fácilmente. Es como la chispa inicial que inicia todo, pero es tan abstracta que no la contamos cuando enumeramos las fuerzas espirituales llamadas sefirot.

Las sefirot son como herramientas que D-os usa para llevar a cabo su plan. Piensa en ellas como engranajes en una máquina celestial. Pero Kéter es diferente; es más como la raíz de todas ellas, una causa primordial.

Kéter influye en las otras sefirot, sus efectos son invisibles y difíciles de entender. Para hacernos una idea, piensa en Kéter como una corona. Pero no es solo una corona bonita; es como la corona de un rey que conecta la idea abstracta de "ser el gobernante". Es como si diera poder y significado a todo lo demás. Así como la conciencia del rey activa un proceso de toma de decisiones, la conciencia de Kéter desencadena acciones en las otras sefirot.

Kéter es única. Es una realidad profunda y la fuente de todo, pero, de alguna manera, es mejor pensar en ella como la corona invisible que da poder y propósito a toda la creación. Es como la fuente eterna de la que emana la esencia misma de la existencia (lamed.fr, s.f.).

El concepto cabalístico de la formación y estructura del universo, destacando el papel fundamental de la Luz infinita y su desarrollo posterior en diez Sefirot. En la Cábala, las Sefirot son emanaciones mediante las cuales lo divino se revela, formando los reinos espirituales y materiales. La explicación comienza afirmando que la base del universo no es la luz visible, sino una energía especial que todo lo abarca conocida como Luz infinita, que en su estado primordial se llama Kéter.

El proceso de creación se desenvuelve a medida que la Luz se expande hacia abajo, creando un punto de deseo influenciado por su resplandor. Este punto evoluciona a través de diferentes etapas, cada una asociada con propiedades y cualidades distintas.

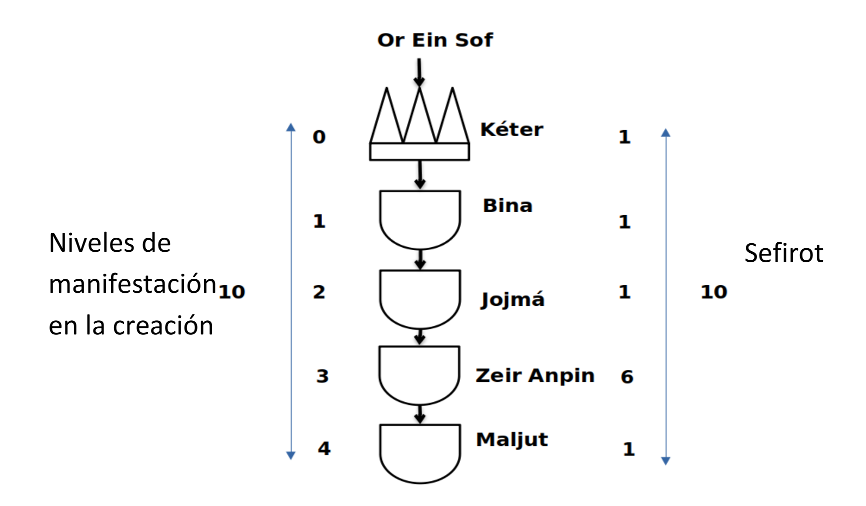
En esta estructura jerárquica, la creación entera está compuesta cuatro partes fundamentales: Kéter, Jojmá, Biná (Arik Anpin) y Maljut. Además, Zeir Anpin, una subdivisión de Maljut, consta de seis partes adicionales. En conjunto, esta estructura representa diez Sefirot, cada una siendo una luminiscencia de una propiedad divina específica. La totalidad del universo, desde los cuerpos celestes hasta la psicología humana y cualquier sistema imaginable, se puede representar con las Sefirot y sus interacciones jerárquicas (Laitman, 2017), el proceso de .

0. **Kéter**: La Luz en su estado primordial de Kéter es el nivel inicial de la Luz representa la etapa cero, la fundación misma del universo.
1. **Jojmá**: Es como el primer estado de deseo que surge bajo la influencia de la Luz descendente. La Luz Divina: Es la manifestación primordial de la energía y la conciencia divina. Es la fuente de toda existencia y el origen de todo lo que es. La Luz Divina desciende desde lo más alto de la realidad, pasando a través de los diferentes reinos y planos de existencia. En su descenso, da origen a un punto primordial, un punto de conciencia o potencialidad. Este punto es el origen de toda la creación y contiene en sí mismo el potencial para toda la realidad. El punto primordial, al ser iluminado por la Luz Divina, experimenta un despertar de deseo. Este deseo es la fuerza impulsora



detrás de todo el proceso creativo y de toda la existencia. Es el anhelo de manifestar la plenitud de la realidad y la unidad con la Fuente Divina.

2. **Transformación del Deseo en Biná**: El deseo (Jojmá) bajo la influencia de la Luz se transforma en Biná, la propiedad opuesta que anhela dar. Esto se relaciona con el proceso descrito en Jojmá, donde la Luz desciende y genera un deseo inicial. La transformación del deseo en Biná simboliza la transición hacia una fase en la que el deseo busca expresarse y dar, en lugar de simplemente recibir.
3. **Generación de Zeir Anpin por Biná**: Biná, al querer ser similar a Kéter, genera la siguiente propiedad llamada Zeir Anpin (ZA). Esto se conecta con la idea de que la Luz descendente da origen a Jojmá como el primer estado de deseo. Zeir Anpin se forma a través de la similitud con Kéter, de manera análoga a cómo Jojmá surge como el deseo inicial bajo la influencia de la Luz.
4. **Cuarta Etapa o Maljut**: El reino del deseo que aspira a recibir más. Esto se relaciona con la progresión donde Jojmá representa el primer estado de deseo que surge bajo la influencia de la Luz. Maljut, en este contexto, simboliza la fase en la que el deseo adquiere la aspiración de recibir más, completando así el proceso creativo.



De la figura anterior, el número 10 tiene significados especiales, como la manifestación completa de la realidad, la totalidad y la perfección. La suma de 10 en este contexto puede simbolizar la plenitud de la emanación divina, donde las sefirot representan las etapas esenciales en la creación y estructuración del universo. La totalidad de las sefirot forma un sistema interconectado que abarca toda la realidad, desde lo espiritual hasta lo material.

Los cinco niveles suman diez en la imagen anterior (lado izquierdo), los valores del lado derecho son el número de sefirot por nivel y suman 10. La numeración asignada a cada sefirá no implica una medición cuantitativa, sino que refleja la secuencia y la emanación divina en el proceso creativo según la perspectiva cabalística. Estos números se utilizan como herramientas simbólicas para representar la emanación y la conexión espiritual, y no deben interpretarse en términos de una medición convencional.



El Tzimtzum es un concepto clave en la cosmología cabalística que describe el acto de contracción divina para permitir la creación del universo finito. Aquí, se detalla cómo se manifiesta el Tzimtzum en cada una de las sefirot según los puntos anteriores:

a) **Kéter (Corona):** Simboliza la potencialidad infinita antes de la manifestación. Es el punto de partida, la unidad primordial antes de cualquier emanación. En el contexto del Tzimtzum, Kéter representa la necesidad de contraer la infinitud divina para permitir la creación.
b) **Jojmá (Sabiduría):** Asociada con la sabiduría divina. Surge como la primera emanación de Kéter después del Tzimtzum, la unidad y la singularidad, marcando el principio de la formación de la creación.
c) **Biná (Comprensión):** Asociada con la comprensión divina. Esta sefirá sigue a Jojmá y es la receptora y comprendedora de la sabiduría divina. Simboliza la dualidad y la capacidad de entender las polaridades, reflejando la complejidad de la creación.
d) **Zeir Anpin (Pequeño Rostro):** Asociado con la manifestación de las emociones divinas. Marca una etapa de plenitud en la emanación divina, siendo la síntesis de Jojmá, Biná y el Alma. Zeir Anpin se conecta con el alma y participa activamente en la transmisión de la energía divina al mundo físico, simbolizando la conexión entre lo divino y lo material.
e) **Maljut (Reino):** Representa la manifestación final en el mundo físico. Simboliza la culminación de la creación y refleja la presencia divina en el plano terrenal. Después del Tzimtzum, Maljut es la sefirá que refleja la presencia divina en el mundo creado.

En la descripción del Tzimtzum también se destaca la conexión del alma con Zeir Anpin, señalando cómo el alma humana refleja y participa en las emociones y cualidades divinas. La Cábala enseña que el alma proviene de niveles superiores y se conecta con el cuerpo físico durante la vida en la Tierra, mostrando la intrincada relación entre lo espiritual y lo terrenal. En este contexto, los niveles del alma (Neshamá, Ruaj y Nefesh) son manifestaciones sutiles y complejas que revelan la conexión entre la esencia divina y la experiencia humana.

En un tiempo antiguo, antes de que el mundo conocido floreciera en colores y formas, existía un esplendor divino que llenaba todo el espacio. D-os, en su inmenso poder y sabiduría, deseó crear un universo que reflejara su grandeza, pero para lograrlo, decidió realizar un acto sorprendente: la contracción divina, conocida como Tzimtzum.

Imagina un escenario celestial donde la luz infinita de D-os irradiaba en cada rincón del universo. Sin embargo, cuando llegó el momento de la creación, D-os retiró gradualmente esa luz divina, creando restricciones celestiales llamadas Tsitsumim. Cada una de estas restricciones marcaba una disminución de la luz divina, adaptándola a la capacidad de recepción de las futuras creaciones.

En este proceso, quedó un residuo de la luz infinita conocido como Reshimu. Pero no todo estaba perdido, ya que D-os envió un hilo de luz, un Kav, hacia este residuo. Este Kav, en



su desarrollo, formó diez círculos, llamados igulim o círculos, en el mundo del Tohu, el Mundo Caótico.

En este mundo de los igulim, las luces divinas eran tan intensas que los recipientes, las Sefirot en forma de círculos concéntricos, no podían contener esa magnitud y se produjo una rotura conocida como Shevirat Hakelim ("la rotura de los recipientes". Esta noción proviene de la cosmología cabalística, específicamente del sistema de Isaac Luria, un importante rabino y místico del siglo XVI).

El Kav, un rayo de luz divina emanado en la "oscuridad" del vacío creado por el Tzimtzum, reveló la inmanencia de D-os en la creación. Este rayo de "mañana" se convirtió en el vínculo divino con el mundo creado.

Para llenar el espacio vacío y permitir que la luz fluyera a través del Kav, se creó el Avir ("aire" o "atmósfera"), una especie de relleno que dio origen a los colores primordiales, reflejados luego en la creación. D-os grabó las letras del alfabeto hebreo en la luz espiritual, Or, a través de Avir, dando origen a todos los colores.

En el transcurso de la historia, el Tzimtzum también se manifestó en eventos como el diluvio universal. Después de esta tragedia, se renovó el mundo, y el pacto del arco iris selló un nuevo comienzo. La llegada de la Torá y los momentos dorados de figuras como Moisés, Rabbi Shimon bar Yojai, el Arizal Ha-Kadosh y el Baal Shem Tov representan épocas maravillosas para el pueblo judío y la Torá.

Incluso en los tiempos de Hester Panim, la ocultación del "rostro" de D-os durante tragedias como las guerras mundiales, la sabiduría mística sugiere que estas dificultades pueden llevar a una nueva luz, a un renacimiento espiritual después de las adversidades. En cada era, la divinidad se revela de manera única, y el Tzimtzum es un recordatorio constante de la conexión entre lo divino y lo terrenal, entre el caos y la creación maravillosa (wikipedia (Tsimtsum), 2024).

Imagina un cosmos tejido con hilos de luz divina y misterios ancestrales. En el corazón de esta maraña cósmica, la Cábala revela un mapa celestial de la existencia humana: los niveles del alma, una escalera espiritual que conecta lo terrenal con lo divino.

En la vastedad del universo cabalístico, el alma es la chispa de lo eterno, el hilo dorado que une al individuo con la esencia suprema. En su sabiduría, la Cábala enseña que el alma no es una entidad singular, sino un complejo entramado de niveles y capas, cada uno con su propósito y función.

El primer nivel del alma, Neshamá, se forma a partir de la unión de Kéter, Jojmá y Biná en el mundo de Atziluth. Kéter representa la corona, Jojmá la sabiduría y Biná el entendimiento. Juntas, estas sefirot forman el Arik Jampin, el Gran Rostro, que es una



manifestación de la Divinidad en el nivel más cercano a la Fuente. Durante el TzimTzum, la restricción divina que permite la creación, estas sefirot no se ven afectadas, conservando su integridad y conexión directa con la Divinidad. En el ser humano, Neshamá se manifiesta como el espíritu, formado por la luz del Or Ein Sof, que se almacena en el alma como una vasija receptora.

El siguiente nivel del alma, Ruaj, corresponde a Yetzirá y representa la dimensión emocional del individuo. Se forma a partir de las sefirot Jésed, Geburá , Tiféret, Netsaj, Hod y Yesod, que representan dimensiones del mundo psíquico y emocional. Estas sefirot forman el Zeir Ampin o Rostro Menor, una manifestación más específica de la Divinidad en el plano emocional. En el ser humano, Ruaj corresponde al alma, que actúa como la vasija del espíritu, recibiendo la luz del Or Ein Sof y experimentando el mundo emocional formado por 6 sefirot.

Finalmente, el nivel del alma Nefesh está asociado con Assiáh y representa el aspecto más terrenal del individuo. Se forma de Maljut, que es lo terrenal, y en el ser humano, corresponde al cuerpo que almacena nuestra vasija o alma. Nefesh nos permite experimentar y participar en el mundo físico, siendo la conexión tangible entre lo espiritual y lo material, manifestada en Maljut.

La Cábala nos ofrece una comprensión jerárquica de los niveles del alma que trascienden desde lo más cercano a la Divinidad hasta lo más terrenal. Neshamá, Ruaj y Nefesh, en su conjunto, revelan una conexión profunda y holística entre el orden cósmico y la experiencia humana, proporcionando un marco espiritual para comprender la naturaleza de nuestra existencia y nuestra relación con lo divino.

En el marco de la cosmogonía cabalística, la relación de Kéter con la creación se articula a través de la concepción de Ein Sof como un vasto océano de potencial infinito. Este océano, sin límites ni confines, es la esencia ilimitada y eterna de D-os. Para manifestar la creación, D-os realiza un acto de autolimitación, el Tzimtzum, ocultando parte de su esencia. Ein Sof actúa como una corriente de energía que fluye desde este océano divino, siendo la luz infinita y la fuerza creativa que da origen a todas las cosas. Kéter, como la primera emanación después de la etapa de Ayin, representa la corona y la voluntad divina. Está en el borde del vacío, más allá de los límites del mundo tangible, y sirve como el puente entre lo trascendental e infinito y el mundo finito y tangible. Kéter, en su conexión con Ein Sof, se presenta como la fuente en el arquetipo del Árbol de la Vida, marcando el comienzo del proceso de revelación comprensible en la sefirá de Jojmá. Es la chispa primordial que inicia el viaje cósmico, siendo la voluntad original de D-os que influye en todas las etapas de la creación, aunque su naturaleza trascendental la hace incomprensible fácilmente para los seres humanos. Así, Kéter actúa como la corona invisible que da poder y propósito a toda la creación, siendo la fuente eterna de la esencia misma de la existencia.

[Kéter]: Aspectos Psicológicos:

Psicológicamente, Kéter está asociada con la consciencia pura y la conexión con la esencia divina dentro de cada individuo. Simboliza la aspiración a la trascendencia y la búsqueda de significado y propósito en la vida, la conciencia y la percepción de algo más allá de la realidad tangible. Es el momento en que algo está por suceder, pero aún no ha pasado. Es como la fuente de luz que pone en marcha todo lo que ocurre en la creación. Representa la voluntad, la idea de querer que algo suceda. También se conecta con la voluntad humana, es decir, lo que nosotros queremos.

Primero debemos distinguir entre "Entender" y "comprender" como ya hemos analizado. Mientras que "entender" se centra en la asimilación cognitiva de la información, "comprender" implica una conexión más profunda que involucra la apreciación del significado, la relación con experiencias personales y una visión más completa del tema en cuestión. Ambos términos son importantes en el proceso de aprendizaje y adquisición de conocimiento, pero cada uno resalta aspectos diferentes del proceso cognitivo.

Luego debemos lograr alcanzar la autoconciencia que se refiere a la capacidad de una persona para tener conocimiento y comprensión de sí misma. Implica la capacidad de reflexionar sobre los propios pensamientos, emociones, motivaciones, acciones y experiencias. Ser autoconsciente implica tener una percepción consciente de uno mismo, lo que incluye el reconocimiento de las propias fortalezas, debilidades, creencias y valores.

La autoconciencia puede manifestarse de diversas maneras, como la capacidad de reflexionar sobre las propias acciones, comprender y regular las emociones, reconocer los patrones de pensamiento, y tener una comprensión profunda de la identidad y el propósito personal. La autoconciencia es un componente fundamental del desarrollo personal y del bienestar emocional, ya que permite a las personas tomar decisiones informadas, gestionar el estrés y las relaciones, y trabajar hacia metas personales y profesionales con mayor claridad.

Después sigue la autotrascendencia que es el proceso en el cual una persona va más allá de sus propias limitaciones individuales y experimenta una conexión o expansión que va más allá de sí misma. Es un concepto que aborda la idea de ir más allá de la autoconciencia y de centrarse en algo más grande o significativo que uno mismo. Involucra un crecimiento personal que va más allá de los límites individuales y puede estar relacionada con aspectos espirituales, éticos o emocionales.

En términos espirituales, la autotrascendencia puede involucrar la búsqueda de significado y propósito en la vida, así como la conexión con algo más grande o trascendental. En el ámbito ético, puede referirse a la capacidad de ir más allá de los intereses personales y contribuir al bienestar de los demás o a causas más amplias. Desde una perspectiva emocional, la autotrascendencia puede estar relacionada con la capacidad de experimentar estados emocionales elevados, como la compasión y el amor incondicional.



Implica superar las limitaciones individuales y experimentar un sentido de conexión, propósito o significado que va más allá de uno mismo. Es un concepto que puede abordarse desde diferentes perspectivas, incluyendo dimensiones espirituales, éticas y emocionales.

El viaje hacia la autotrascendencia es un proceso complejo y transformador que requiere una profunda evolución en la conciencia de la persona. En este trayecto, comprender la propia existencia, estados emocionales y actos desempeña un papel fundamental. La clave reside en la aceptación plena de uno mismo, logrando decir con convicción "yo soy". Este paso es crucial para mejorar la autoaceptación y elevar la autoestima, marcando así el inicio del camino hacia la autotrascendencia. Decir con convicción "yo soy" implica afirmar la propia existencia y singularidad de manera fuerte y segura. Es un acto de afirmación personal que refleja la aceptación y el reconocimiento de la propia identidad, con todas sus fortalezas y debilidades. Este proceso de aceptación profunda es considerado clave para el crecimiento personal y el bienestar emocional. Este proceso se vincula estrechamente con prácticas espirituales, como la meditación, introspección y la búsqueda de la trascendencia personal. Estas actividades van más allá de las convenciones y temores personales, conduciendo a un conocimiento más amplio y liberador.

Imagina a María, una mujer que ha decidido emprender un viaje hacia la autotrascendencia, buscando una transformación profunda en su vida. En este trayecto, María se sumerge en la exploración de su propia existencia, estados emocionales y actos, reconociendo que comprenderse a sí misma es esencial para este proceso.

Un día, María se encuentra reflexionando sobre su identidad y decide dar un paso fundamental: la aceptación plena de sí misma. Con determinación, pronuncia en voz alta y con convicción las palabras "yo soy". Este simple acto de afirmación personal se convierte en un hito en su viaje de autotrascendencia.

Decir con convicción "yo soy" para María implica más que solo palabras; es una afirmación profunda de su existencia y singularidad. A través de este acto, ella abraza no solo sus fortalezas evidentes, sino también sus debilidades y peculiaridades. La aceptación de su ser, con todos sus matices, marca el inicio de su camino hacia una autoaceptación más sólida y una autoestima elevada.

Este proceso de aceptación profunda no solo contribuye al crecimiento personal de María, sino que también tiene un impacto positivo en su bienestar emocional. Al reconocerse a sí misma sin reservas, María experimenta una liberación emocional que la impulsa hacia la autotrascendencia.

El "yo soy" de María se vincula estrechamente con prácticas espirituales que ha incorporado en su viaje. La meditación y la introspección le brindan momentos de conexión consigo misma, y la búsqueda de la trascendencia personal va más allá de las convenciones y temores personales. María descubre que al explorar estas dimensiones

espirituales, encuentra un conocimiento más amplio y liberador que la impulsa hacia la autotrascendencia.

En este ejemplo, el viaje de María destaca cómo el simple acto de decir "yo soy" puede desencadenar una serie de transformaciones internas, marcando el camino hacia una vida más plena y autotrascendente.

La evolución hacia la autotrascendencia impulsa a las personas a una mayor conciencia y autoconocimiento. Este crecimiento interno se manifiesta en la capacidad de brindar amor incondicional y compasión hacia los demás. Además, despierta la creatividad, empatía y comprensión, así como la búsqueda de significado y trascendencia en la vida. Este proceso lleva a la exploración del propósito de la existencia y la búsqueda de respuestas trascendentales.

La moralidad y ética también surgen como manifestaciones de esta búsqueda de virtud y rectitud. La capacidad de discernir entre el bien y el mal se fortalece, y las decisiones éticas y morales se eligen con mayor conciencia. La evolución espiritual no solo se trata de alcanzar un conocimiento más profundo de uno mismo, sino también de actuar de manera ética y moral en el mundo.

¿Qué es la ética?, ¿Que es la moral? y ¿Que son las decisiones éticas y morales?

Ética: La ética se refiere al estudio de lo que es considerado como comportamiento correcto o incorrecto, justo o injusto, desde el punto de vista moral. Es una rama de la filosofía que explora conceptos como la moralidad, la virtud, el deber, la justicia y cómo estos principios guían el comportamiento humano. La ética proporciona un marco teórico para evaluar y tomar decisiones sobre lo que está bien o mal en diversas situaciones.

Moral: La moral se refiere a los principios, valores y normas que guían el comportamiento humano en una sociedad específica. Es el conjunto de creencias sobre lo que está bien o mal, bueno o malo, y proporciona pautas para la conducta individual y colectiva. La moralidad está arraigada en la cultura, la religión, la filosofía y otras influencias sociales que moldean las ideas sobre cómo deberíamos actuar.

Decisiones Éticas y Morales: Las decisiones éticas y morales son elecciones que una persona toma basándose en principios éticos y morales. Estas decisiones implican considerar lo que se percibe como correcto o incorrecto, justo o injusto, y actuar de acuerdo con esos juicios. Las decisiones éticas suelen basarse en principios abstractos y teóricos, mientras que las decisiones morales a menudo se centran en normas culturales y valores específicos de una sociedad.

En la toma de decisiones éticas y morales, las personas evalúan las posibles acciones y eligen aquellas que consideran coherentes con sus valores éticos y morales. Estas decisiones pueden abordar cuestiones personales, profesionales o sociales y a menudo

involucran un equilibrio entre diferentes principios y consideraciones. La ética y la moral proporcionan el marco para reflexionar sobre las opciones y tomar decisiones que reflejen un sentido de responsabilidad y respeto hacia los demás y hacia uno mismo.

En el contexto cabalístico, la ética y la moral están intrínsecamente relacionadas con Kéter:

1. **Ética y Moral como Reflejo de la Corona Suprema (Kéter):** En la Cábala, se considera que la ética y la moral tienen su fundamento en Kéter. Esta Sefirá representa la esencia pura y la voluntad divina, sirviendo como modelo para la conducta ética y moral. Al conectarse con Kéter, se busca alinear las acciones humanas con los principios divinos, estableciendo así una base ética y moral sólida.
2. **La Búsqueda de la Conexión con Kéter en la Práctica Ética:** La ética cabalística implica la búsqueda constante de la conexión con Kéter, aspirando a reflejar la pureza y la sabiduría divina en la conducta humana. A medida que una persona busca elevar su conciencia y comportamiento ético, está esencialmente buscando acercarse a la esencia de Kéter.
3. **Integración de la Divinidad en las Decisiones Éticas y Morales:** Kéter, siendo la fuente suprema, proporciona la base para tomar decisiones éticas y morales informadas. Al considerar la conexión con esta Sefirá, se busca integrar la divinidad en las elecciones diarias, asegurándose de que las acciones estén alineadas con principios elevados y no solo consideraciones terrenales.
4. **Kéter como Guía para la Ética Transcendental:** La ética y la moral en el contexto cabalístico van más allá de las convenciones sociales y normas culturales. Buscan una ética transcendental basada en la conexión directa con Kéter. Esta perspectiva impulsa a la persona a ir más allá de un enfoque superficial de lo correcto e incorrecto, buscando comprender la voluntad divina y actuar en consecuencia.
5. **La Responsabilidad Ética en la Búsqueda de Kéter:** La conexión con Kéter conlleva una gran responsabilidad ética. Aquellos que buscan alinearse con esta fuente suprema deben asumir la responsabilidad de sus acciones y decisiones, reconociendo que están guiados por principios más allá de lo mundano.

La ética y la moral están intrínsecamente vinculadas a Kéter, que representa la corona suprema y la conexión directa con lo divino. La búsqueda de la conexión con Kéter sirve como guía para una ética transcendental y una conducta moral fundamentada en los principios más elevados de la espiritualidad cabalística.

En este camino, intervienen la voluntad y el deseo como fuerzas impulsoras. La voluntad, basada en elecciones racionales, se conecta con el concepto de Kéter, que representa la voluntad original. Kéter está intrínsecamente relacionado con Dáat (Conocimiento), una sefirá especial que representa el "conocimiento" o la "conciencia". A diferencia del conocimiento convencional, Dáat se refiere al conocimiento interno y la percepción profunda del "yo".

Al tener una percepción profunda del "yo", una persona puede:



1. **Reconocer sus Fortalezas y Debilidades:** Comprender las áreas en las que se destaca y las que necesitan desarrollo, lo que permite un crecimiento personal continuo.
2. **Entender las Motivaciones Internas:** Identificar las motivaciones profundas que impulsan acciones y decisiones, lo que proporciona una base para alinear la vida con valores significativos.
3. **Explorar Creencias Fundamentales:** Examinar y cuestionar las creencias fundamentales que guían la perspectiva de uno sobre la vida y el mundo.
4. **Desarrollar Empatía:** Al comprenderse a sí mismo, se desarrolla una mayor empatía hacia los demás, ya que se reconoce la complejidad de la experiencia humana.
5. **Tomar Decisiones Auténticas:** Las decisiones y acciones se alinean más auténticamente con la verdadera identidad y valores personales.

Kéter no solo es la fuente de la voluntad, sino también la fuente de la libertad de elección humana. Permite decidir cómo actuar y reaccionar ante la vida. Cuando la voluntad se dirige hacia el bien, puede elevar espiritualmente a la persona. Sin embargo, es esencial reconocer que esta misma voluntad puede convertirse en una fuerza negativa si se utiliza incorrectamente.

La autotrascendencia no solo mejora la calidad de vida personal, sino que también contribuye a la ética, la moralidad y la comprensión global en la interacción con el mundo que nos rodea.

[Kéter]: Conexión Espiritual:

La conexión espiritual se refiere a la relación o vínculo que una persona establece con lo trascendental, lo sagrado o lo divino. Es una experiencia subjetiva que implica sentirse conectado con algo más allá de la realidad material y cotidiana. La naturaleza de esta conexión puede variar según las creencias religiosas, filosóficas o espirituales de cada individuo.

Algunas características comunes de la conexión espiritual incluyen:

1. **Trascendencia:** La conexión espiritual a menudo implica trascender las preocupaciones mundanas y experimentar un sentido de elevación por encima de la vida cotidiana.
2. **Sentido de Propósito:** Muchas personas encuentran una conexión espiritual al descubrir un propósito más grande en sus vidas, que puede estar relacionado con valores, principios éticos o metas altruistas.
3. **Paz Interior:** La conexión espiritual a veces se asocia con un sentimiento de paz interior, aceptación y serenidad, independientemente de las circunstancias externas.



4. **Experiencias Místicas:** Algunas personas informan haber tenido experiencias místicas o momentos en los que sienten una conexión directa con lo divino, lo cósmico o lo espiritual.
5. **Prácticas Espirituales:** Muchas tradiciones espirituales incluyen prácticas específicas, como la oración, la meditación, el ayuno o rituales, que se realizan con el objetivo de fortalecer la conexión espiritual.

La conexión espiritual puede manifestarse de diferentes maneras para diferentes personas, costumbres, y no está limitada a una tradición religiosa específica. Puede ser una fuente de consuelo, inspiración y guía en la vida de quienes buscan una dimensión más profunda y significativa en su existencia.

En la Cábala la sefirá Kéter es la puerta de entrada a la conexión espiritual más elevada. Representa la búsqueda constante de la verdad espiritual, la unidad y la comprensión de la voluntad divina, es un símbolo de autoconocimiento y reconocimiento de la conexión con lo divino.

La conexión directa con la divinidad y la fuente de toda existencia podría reflejar la idea de acceso a un conocimiento profundo que va más allá de la comprensión racional.

Kéter se destaca la importancia de la alabanza al Eterno desde diversas partes de la creación, desde los cielos hasta la tierra. Este acto de alabanza refleja la conexión y la manifestación de la voluntad divina en la creación y en uno mismo.

Encontramos paralelos en la idea de la exaltación divina y la expresión de la voluntad superior.

El llamado a la alabanza que abarca desde lo celestial hasta lo terrenal resuena con la noción de Kéter como la génesis de todas las emanaciones, canalizando la luz superior y generando movimiento en la Creación. La diversidad en la alabanza refleja la riqueza y variedad de la voluntad divina expresada a través de Kéter.

Además, la idea de la eternidad encuentra eco en la naturaleza atemporal y libre de Kéter. Una realidad más allá del tiempo y la manifestación de una voluntad divina que perdura a lo largo de la eternidad.

Se subraya la importancia de la alabanza como una expresión de la conexión entre la creación y la voluntad divina, ideas que encuentran su representación simbólica en la sefirá Kéter en la Cábala. Ambos conceptos resaltan la presencia de una fuerza superior que otorga vida y propósito a todo lo que existe.

El Zohar, un texto esencial en la Cábala, cita el proverbio: "No procures las cosas que están más allá de ti, ni busques cosas ocultas de ti", indicando la imposibilidad de abordar



plenamente la naturaleza de Kéter. A diferencia de otras Sefirot que a veces se representan con letras del alfabeto, ninguna puede capturar verdaderamente a Kéter.

Por su suprema sublimidad, Kéter a veces se excluye del esquema de las Sefirot, siendo demasiado elevado para ser incluido. Sirve como un "intermediario" entre el Ein Sof y las Sefirot, actuando como el "nivel más bajo" de la Luz del Ein Sof, desde donde emanan las emanaciones Divinas, siendo la raíz o el alma misma de las Sefirot (tora.org, s.f.).

Aquellos que alcanzan Kéter son bendecidos con una profunda comprensión de la verdad universal y de la naturaleza divina. La iluminación espiritual trae claridad, paz interior y una sensación de unidad con el universo. Es el punto culminante de la búsqueda espiritual y el objetivo final de muchos practicantes de la tradición cabalística.

[Kéter]: Parte del Cuerpo Representada y su Conexión:

Kéter no se asocia directamente con una parte específica del cuerpo. Sin embargo, su conexión con la divinidad implica una influencia holística en todo el ser, desde el cuerpo hasta la mente y el espíritu.

[Kéter]: Conexión con la Mente:

Kéter está vinculada a la mente a través de la búsqueda de sabiduría y comprensión más elevada. Desarrollar la mente de manera ética y espiritual contribuye al equilibrio de esta Sefirá. Imagina que tu cerebro puede pensar en cosas que no son tangibles o físicas, como ideas muy abstractas (como la bondad, la justicia, el equilibrio, en fin), cosas que van más allá de lo que puedes ver o tocar. También, puede pensar en cosas que son muy grandes o incluso infinitas, como el universo o el tiempo que nunca termina. Esta capacidad de pensar en cosas que no son concretas ni limitadas es la capacidad del cerebro de concebir conceptos abstractos, trascendentales o incluso infinitos. Es como si tu mente pudiera ir más allá de lo que puedes experimentar directamente y explorar ideas que son más grandes, profundas o incluso eternas.

Antes de continuar con Kéter primero definimos que es una idea y un pensamiento en términos generales, se pueden entender de la siguiente manera:

1. **Idea:**
   - Una idea es una representación mental o conceptual de algo. Puede ser un concepto, plan, opinión o imagen mental que surge en la mente. Las ideas son abstractas y pueden referirse a cosas tangibles o intangibles. Pueden ser simples o complejas y a menudo actúan como puntos de partida para el desarrollo de pensamientos más profundos. Por ejemplo, la idea de la libertad o la idea de un proyecto artístico.
2. **Pensamiento:**

- El pensamiento es un proceso más amplio y complejo que implica la manipulación de ideas en la mente. Es la actividad mental mediante la cual se generan, procesan y combinan ideas para formar conclusiones, tomar decisiones o resolver problemas. Los pensamientos pueden ser conscientes o inconscientes y pueden abordar una variedad de temas. Incluyen la reflexión, el razonamiento y la consideración activa de las ideas. Por ejemplo, el pensamiento crítico sobre un problema específico.

Una idea es una entidad más estática y conceptual, mientras que el pensamiento es un proceso dinámico que involucra la manipulación y elaboración activa de ideas en la mente. Las ideas son los elementos básicos que componen el material con el que trabajamos cuando pensamos.

Aquí hay una descripción de cómo se vinculan con las ideas y los pensamientos:

1. **Kéter (Corona):**
    - En el contexto del pensamiento humano, Se vincula a la inspiración y la chispa inicial de la creatividad. Puede ser vista como la fuente de las ideas más elevadas, aquellas que surgen de una conexión profunda con la esencia divina. Kéter está asociada con el impulso puro y la génesis de pensamientos antes de que se desarrollen completamente.
2. **Jojmá (Sabiduría):**
    - Está vinculada al pensamiento abstracto y a la comprensión intuitiva. Representa la capacidad de conceptualizar, analizar y comprender ideas en un nivel más profundo. Se asocia con la chispa de la revelación y la conexión directa con la esencia divina. En términos simples, se relaciona con la capacidad de generar ideas originales y comprender conceptos complejos.
3. **Biná (Entendimiento):**
    - Está relacionada con la capacidad de desglosar y analizar las ideas de manera más detallada. Biná permite la clarificación y la elaboración de pensamientos. Representa la fase en la que las ideas abstractas se desarrollan y se convierten en conceptos más definidos. En términos sencillos, Biná está asociada con la capacidad de entender y procesar información de manera lógica.

Kéter aporta la inspiración inicial, Jojmá aporta la sabiduría y la intuición para comprender conceptos abstractos, y Biná facilita el entendimiento y la elaboración de esas ideas para que puedan ser comunicadas y aplicadas de manera más concreta.

[Kéter]: Acciones para Equilibrar la Sefirá:

1. **Meditación Profunda:** Practicar la meditación para conectar con la esencia divina y buscar la unidad en la creación.

2. **Estudio Espiritual:** Explorar textos sagrados y filosofías espirituales para profundizar en la comprensión de lo trascendental.
3. **Cuidado Integral del Ser:** Fomentar prácticas de bienestar que aborden el equilibrio físico, mental y espiritual.

En Kéter la búsqueda espiritual es constante nunca podremos decir que somos realmente sabios, porque sabio solo es D-os, nosotros siempre estamos inmersos en el aprendizaje, ya que la sabiduría es infinita y la mente del ser humano es finita, siempre debemos aprender y superarnos a nosotros mismos pero con humildad. Imagina que tratas de alcanzar algo importante en tu vida, algo que te motiva y te impulsa a seguir adelante, pero cada vez que crees que estás cerca, parece moverse un poco más lejos, la meta de llegar a ser realmente sabio siempre va estar adelante siempre. Podemos aprender y realizar mucho con nuestro aprendizaje y alcanzar otras metas en el camino, hay metas o logros en la vida que puedes alcanzar superando tus límites, pero querer llegar a ser sabio desequilibra está sefirá, puede que aprendas muchas cosas en la vida pero difícilmente serás más sabio que los demás, aunque te acerques a la sabiduría, siempre hay algo más por alcanzar, algo más por lograr. Es una forma de expresar la idea de que el crecimiento y el avance en la vida son procesos continuos y siempre hay nuevos desafíos y metas por delante, sino la vida sería muy aburrida, siempre habrá algo de que aprender y de que maravillarnos.

Sabán J. M. (s.f) opina: *"Dicen los místicos judíos que es sabio quien aprende de todos. Personalmente agregaría que es sabio quien aprende de todo."*

[Kéter]: ¿Qué Ayuda a Equilibrar la Sefirá? ¿Qué la Desequilibra?

Ayuda a Equilibrar:

1. **Búsqueda constante de la verdad espiritual**: Esto implica explorar y comprender más sobre la naturaleza de la realidad y nuestra relación con lo trascendente. Al buscar la verdad espiritual, uno puede encontrar un sentido más profundo de propósito y conexión con el universo, lo cual ayuda a equilibrar la energía de Kéter.
2. **Prácticas meditativas y contemplativas**: Estas prácticas ayudan a calmar la mente y centrarse en el momento presente. La meditación y la contemplación permiten acceder a estados de conciencia más elevados, lo que puede abrir la puerta a una comprensión más profunda de la espiritualidad y ayudar a equilibrar la energía de Kéter.
3. **Desarrollo de la compasión y la empatía**: Cultivar la compasión y la empatía hacia uno mismo y hacia los demás es fundamental para el equilibrio espiritual. Estas cualidades fomentan la conexión con el prójimo y promueven un sentido de unidad y armonía en el mundo. Al practicar la compasión y la empatía, uno puede elevar su conciencia y armonizar la energía de Kéter.

Kéter está representada por una corona en el árbol sefirótico simboliza el aprendizaje y la sabiduría, y se utiliza como una metáfora para explicar que estos no son algo fijo, sino que siempre deben estar creciendo.

Ayuda a Desequilibrar:

1. **Arrogancia espiritual**: La arrogancia espiritual implica una actitud de superioridad o autoimportancia en relación con la espiritualidad o la comprensión de la verdad. Esto puede crear un desequilibrio al generar una separación entre uno mismo y los demás, así como entre uno mismo y lo divino. En lugar de buscar la verdad con humildad y apertura, la arrogancia espiritual limita el crecimiento espiritual y obstaculiza la conexión con Kéter.
2. **Desconexión espiritual y falta de propósito**: La falta de conexión espiritual y propósito puede manifestarse como una sensación de vacío o desorientación en la vida. Cuando uno se siente desconectado de lo trascendente y carece de un propósito significativo, puede experimentar un desequilibrio en la energía de Kéter. Esto puede llevar a una búsqueda desesperada de significado en cosas materiales o superficiales, lo que solo perpetúa el desequilibrio.
3. **Ignorar la ética en la búsqueda del conocimiento**: La ética es fundamental en la búsqueda del conocimiento espiritual y la conexión con lo divino. Ignorar la ética puede conducir a la manipulación, el abuso de poder o la explotación en la búsqueda de la verdad. Esta falta de integridad moral crea un desequilibrio en la energía de Kéter al distorsionar la relación entre el individuo y lo sagrado. En lugar de buscar el conocimiento de manera ética y respetuosa, la falta de ética socava la conexión espiritual y debilita el equilibrio de Kéter.

Kéter es la sabiduría, pero un sabio jamás se autoproclama sabio, la corona no puede ser colocada por uno mismo, sino que debe ser puesta por los demás. Esto sugiere la importancia de cómo los demás ven y reconocen el aprendizaje y la sabiduría de uno. La corona se convierte así en un símbolo de autoconocimiento y reconocimiento de la conexión con lo divino.

[Kéter]: Acciones para Practicar Sefirá:

Kéter es la voluntad divina manifestada como fuerza impulsora detrás de nuestras acciones y decisiones.

Meditación Diaria: Establecer una práctica regular de meditación para conectar con la esencia divina. A través de la meditación, la oración, la observancia de los mandamientos y la práctica de la caridad, se busca purificar y santificar el cuerpo como parte del proceso de crecimiento espiritual. El cuerpo humano es un recipiente que almacena energía espiritual y vital. Cada acción, pensamiento y emoción tienen un impacto en esta energía, por lo que se busca mantener un equilibrio y una armonía que permita el flujo adecuado de la energía a través del cuerpo.

1. **Estudio Espiritual:** Explorar textos sagrados y filosofías espirituales para profundizar en la comprensión de lo trascendental.
2. **Cuidado Integral del Ser:** Mantener una dieta saludable y practicar ejercicio para honrar la conexión entre cuerpo y espíritu. Según la tradición cabalística, el ser humano está creado a imagen y semejanza de lo divino. Por lo tanto, el cuerpo humano es visto como un reflejo o un microcosmos del macrocosmos divino. Así como el templo es el lugar donde se encuentra la presencia de lo sagrado, el cuerpo humano alberga la chispa divina. El cuerpo se considera el vehículo mediante el cual el individuo puede elevarse espiritualmente y conectarse con lo divino.
3. **Práctica de la Empatía:** Desarrollar la empatía y la compasión hacia los demás para cultivar la conexión con la chispa divina en cada ser.
4. **Autoevaluación Ética:** Reflexionar sobre las acciones diarias desde una perspectiva ética y espiritual. Según la cosmovisión cabalística, el propósito último del alma encarnada en el cuerpo es llevar a cabo un proceso de rectificación o tikkun, en el que se busca corregir y perfeccionar las imperfecciones y desequilibrios del alma. El cuerpo humano, por lo tanto, se considera el lugar donde se lleva a cabo este proceso de rectificación a través de las acciones y experiencias terrenales.

Kéter desempeña un papel significativo en la vida cotidiana, ya que representa la fuente de todas las bendiciones y recompensas espirituales. La conexión con Kéter trae una profunda sensación de propósito y significado a la vida, permitiendo que los individuos vivan de acuerdo con la voluntad divina y encuentren alegría y satisfacción en sus acciones. Alcanzar Kéter es alcanzar la plenitud y la realización espiritual.

Por ultimo dejo el siguiente texto como reflexión:

> *Jesús ha dicho: Si aquellos que os guían os dijeran, "¡Ved, el Reino está en el Cielo!", entonces las aves del Cielo os precederían. Si os dijeran, "¡Está en el mar!", entonces los peces del mar os precederían. Más bien, el Reino de D-os está adentro de vosotros y está fuera de vosotros. Quienes llegan a conocerse a sí mismos lo hallarán y cuando lleguéis a conoceros a vosotros mismos, sabréis que sois los Hijos del Padre viviente. Pero si no os conocéis a vosotros mismos, sois empobrecidos y sois la pobreza.*

(Evangelio de Tomás, 2017)

Esta esfera es misteriosa y se asocia con un agujero vacío donde depositamos nuestros pensamientos, ideas y motivaciones. Es infinita en su potencial, pero debemos establecer

límites para evitar la locura. En este espacio, podemos elevarnos más allá de los límites físicos y conceptuales, alcanzando nuestra mejor versión.



Jojmá

Jojmá, la segunda Sefirá en el Árbol de la Vida de la Cábala, se traduce como "Sabiduría". Es la emanación divina que representa la chispa de conocimiento puro e intuitivo. Jojmá es la fuente de inspiración y la energía creativa que precede al proceso de entendimiento y discernimiento, es el acto de la creación que implica el conocimiento y la sabiduría de D-os para traer todas las cosas a la existencia. En está sefira la meditación y la reflexión nos permiten acceder a ideas innovadoras y reveladoras. La creatividad y la intuición son herramientas poderosas para encontrar soluciones a los desafíos de la vida. Es donde podemos meditar y captar grandes ideas, dar sentido a la vida. Es el campo intuitivo, la creatividad, incluso a través de los sueños. Es el campo intuitivo que se encuentra más cerca de los misterios, pero los revela a su manera.

En la Torá: Jojmá, Tevuná (significa "comprensión" o "inteligencia") y Dáat (conocimiento), representan diferentes niveles de aprendizaje. Jojmá es la información recibida de otros, Tevuná es el análisis de esa información, y Dáat son las ideas fundamentales descubiertas personalmente (enlacejudio.com, 2021), se puede entender como un proceso de flujo y desarrollo del conocimiento divino y la sabiduría. Jojmá proporciona la chispa creativa inicial, Tevuná la comprende y la desarrolla, y Da'at es el punto donde esa comprensión se integra y se hace consciente.

La sabiduría (Jojmá) compartida se convierte en la guía que impulsa las acciones y decisiones de cada individuo en su comunidad.

Por ejemplo, si la comunidad busca ayudar a aquellos en necesidad, el conocimiento profundo de las necesidades reales, las soluciones efectivas y las prácticas éticas proporciona una base sólida. Cada miembro, al poseer ese conocimiento, contribuye de manera más significativa a los esfuerzos comunitarios. La coordinación y el funcionamiento efectivo se asemejan a un cuerpo sano en el que cada órgano cumple su función de manera armoniosa.

La importancia de atraer el estado de "Jojmá" radica en que el conocimiento de una persona beneficia a toda la comunidad. La sabiduría compartida se convierte en un faro que guía las prácticas de fe, fortaleciendo la conexión espiritual y mejorando la capacidad de la comunidad para impactar positivamente en el mundo que la rodea (kabbalah.info, s.f.).

La Sefirá Jojmá ocupa un lugar destacado en la estructura del Árbol de la Vida de la Cábala. Se presenta como una facultad esencial que va más allá de la mera adquisición de información, abriendo las puertas al conocimiento intuitivo. Para explorar esta sefirá en profundidad, es crucial entender su conexión con la intuición y cómo se manifiesta en nuestras vidas.

La intuición es una capacidad humana que implica la percepción directa o la comprensión de algo sin depender del razonamiento lógico o de la evidencia empírica. Es una forma de conocimiento que surge de manera espontánea, a menudo asociada con un "sentimiento" o una corazonada. La intuición puede guiar las decisiones y acciones de una persona, y a menudo se experimenta como una comprensión instantánea sin la necesidad de un análisis consciente.

El conocimiento intuitivo, por lo tanto, se refiere a la comprensión o el saber que proviene de la intuición. Es un tipo de conocimiento que no se adquiere a través de procesos de pensamiento analítico o deducción lógica, sino que surge de manera natural y directa. Las personas pueden experimentar conocimiento intuitivo en situaciones en las que sienten una conexión profunda con una verdad o solución sin poder explicar completamente cómo llegaron a esa comprensión.

La intuición es la capacidad de percibir o comprender algo de manera directa, más allá del razonamiento lógico, y **el conocimiento intuitivo es la información o comprensión que se obtiene a través de esa experiencia intuitiva**.

Surge una perspectiva intrigante al vincular Jojmá con el "conocimiento intuitivo". La intuición, según la interpretación dada, es lo que sentimos, una percepción más allá de la razón y de las explicaciones lógicas. Esta idea sugiere que la intuición tiene una cualidad receptiva y conectada con lo emocional.

La conexión entre el conocimiento y la mente intuitiva se refleja en el acto de observar antes de pensar. Aquí, la intuición se presenta como una observadora silenciosa, capturando la esencia antes de que la mente racional intervenga.

La mente intuitiva abarca todos los datos. Su capacidad de observar antes de pensar la posiciona como un recurso valioso, nos impulsa esta necesidad de hacer pausa y observar antes de sumergirse en el pensamiento racional, es la importancia de no perder la capacidad de observar al pensar rápidamente.

Hay tensión entre la mente racional y la intuición en el Árbol de la Vida. La mente racional, al pensar rápidamente y buscar el control, a menudo puede dejar de observar. Aquí, el estudiante se enfrenta al desafío de comprender el concepto más allá de la velocidad del pensamiento. La mente intuitiva, en contraste, se presenta como el antídoto a esta rapidez, permitiendo una comprensión más profunda y trascendental.

Jojmá se revela como un portal al conocimiento intuitivo, un entendimiento que va más allá de la razón y se conecta con la esencia de las cosas, donde la mente intuitiva se convierte en el faro que guía hacia una comprensión más allá de las limitaciones de la mente racional (Saban M. , Latidos Cabalisticos, 2022).

Pero existe la limitación humana para comprender la esencia de D-os. Mientras que podemos conocer los caminos y senderos de D-os, no podemos comprender su esencia misma. Esto enfatiza la humildad y la humildad en la búsqueda espiritual, reconociendo la vastedad y la trascendencia de lo divino (Rav Ginsburgh, s.f.).

La función principal de Jojmá es guiar y capacitar a las personas para entender lo que es correcto y lo que es incorrecto según los propósitos de D-os para sus vidas. Esta sabiduría llamada "Jojmá" actúa como una luz que ilumina el camino espiritual de los individuos, permitiéndoles tomar decisiones y vivir de acuerdo con los principios divinos.

La espiritualidad es la búsqueda de una conexión profunda y significativa con lo trascendental, ya sea a través de una religión, creencias personales o experiencias individuales. Implica la exploración del propósito y significado de la vida, la adhesión a valores éticos, la búsqueda de la trascendencia a través de prácticas como la meditación o la oración, y el desarrollo personal. La espiritualidad puede manifestarse de diversas formas y es altamente individualizada, pero en su núcleo, se trata de la búsqueda de una conexión más allá de lo material y la búsqueda de significado y propósito en la existencia.

[Jojmá]: Caminos y Conexiones en el Árbol Sefirótico:

Jojmá está conectada directamente con Kéter (Corona) y se encuentra en el camino descendente hacia Biná (Entendimiento). Esta conexión sugiere la transmisión de la sabiduría divina desde la fuente primordial hacia el entendimiento y la comprensión más profunda.

1. **Conexión con Kéter:**
   - La conexión entre Jojmá y Kéter implica que la sabiduría emana de la corona divina. Es el acto de comprender y percibir la sabiduría divina que se encuentra en la fuente más elevada.
2. **Conexión con Biná:**
   - Biná, que significa "entendimiento", la conexión con Biná implica la transición de la sabiduría a la comprensión profunda. Es el proceso de convertir la información sabia en un entendimiento más completo y contextualizado.
3. **Conexión con Jésed:**
   - Jésed la "compasión" o "misericordia", su conexión con Jojmá es la aplicación sabia y compasiva de la información. Es el acto de utilizar la sabiduría con comprensión y benevolencia.
4. **Conexión con Geburá a través de Dáat:**
   - Geburá, que significa "juicio" o "estrategia", representa la fuerza disciplinada y la limitación.
   - La conexión de Jojmá con Geburá a través de Dáat (Conocimiento) implica la integración consciente de la sabiduría y la comprensión en el proceso de



toma de decisiones y acción. Dáat sirve como puente entre Jojmá y Geburá, facilitando la aplicación práctica de la sabiduría.

5. **Conexión con Tiféret:**
    - Implica la transición de la pura sabiduría abstracta hacia la manifestación armoniosa y equilibrada. La visión y la inspiración de Jojmá encuentran su expresión y equilibrio en Tiféret. En otras palabras, la sabiduría inicial de Jojmá se integra y se transforma en una forma más completa y armoniosa en Tiféret.
    - Cuando la visión creativa de Jojmá se encuentra con Tiféret, surge la posibilidad de crear belleza y armonía en el mundo material. Tiféret actúa como un filtro que refina la sabiduría cruda de Jojmá, permitiendo que se manifieste de una manera que sea estéticamente equilibrada y compasiva. La conexión entre estas sefirot representa el proceso de llevar la inspiración divina a la realidad tangible, infundiendo belleza y equilibrio en la creación.

[Jojmá]: Relación con la Creación:

En la cosmogonía cabalística, Jojmá emerge como la sefirá que encarna la esencia misma de la creatividad y la inspiración divina. Representando el punto de origen de todo proceso creativo, Jojmá es la chispa divina que impulsa la formación de ideas e innovaciones en el mundo manifestado. Su papel en la creación es esencial, ya que precede a la materialización de las cosas que ocurre en la sefirá subsiguiente, Biná.

Jojmá, se presenta como la "sabiduría superior". Este atributo implica una forma de conocimiento que va más allá de lo meramente intelectual, siendo una sabiduría divina que trasciende los límites de la comprensión humana. Es la fuente primordial de todas las ideas y conceptos que eventualmente se plasman en la realidad tangible. En este sentido, Jojmá se conecta directamente con el acto creativo de D-os al inicio del proceso de manifestación.

La analogía de Jojmá como la "chispa divina" resalta su naturaleza esencialmente inspiradora. Esta chispa es la que enciende la llama de la creatividad, llevando consigo el potencial puro y sin restricciones de la mente divina. Es el momento inicial de la revelación creativa, donde las posibilidades son ilimitadas y la sabiduría fluye en su forma más pura. Jojmá, por lo tanto, se sitúa en la frontera entre lo trascendental e infinito y la materialización en el mundo finito y tangible.

La relación de Jojmá con la creación se articula en su conexión intrínseca con Biná. Mientras que Jojmá representa la chispa y el impulso creativo, Biná es la etapa subsiguiente donde estas ideas son desarrolladas y estructuradas. Jojmá proporciona la semilla, el destello de inspiración que luego se cultiva y da forma en Biná. Es el momento de la revelación divina que establece el curso para la materialización y concreción de la creatividad en el mundo físico.

Jojmá desempeña un papel crucial en el proceso creativo cósmico. Es la fuente de la inspiración divina, la sabiduría superior que precede a la formación y materialización de las cosas. Su relación con Biná establece un equilibrio armonioso entre la chispa inicial de la creatividad y la elaboración estructurada de las ideas. Jojmá, como sefirá, nos invita a reflexionar sobre la esencia de la creatividad, recordándonos que la sabiduría divina es la raíz de toda innovación y creación en el universo.

Por ultimo ¿Hay personas más inteligentes?, en realidad las personas son tan diversas que es imposible determinar todas y cada una de sus capacidades sin embargo se ha intentado hacer con exámenes de coeficiente intelectual, sin embargo en la actualidad destaca el procedimiento de evaluar las inteligencias múltiples de los individuos, es una teoría propuesta por el psicólogo Howard Gardner, que sostiene que la inteligencia humana no puede ser simplemente medida por una única prueba de coeficiente intelectual (CI), sino que se compone de múltiples dimensiones o tipos de inteligencia.

¿Cuáles son estas inteligencias?

1. **Inteligencia Lingüística**: Esta inteligencia se refiere a la capacidad para usar palabras de manera efectiva, ya sea en forma oral o escrita. Las personas con alta inteligencia lingüística son hábiles en el uso del lenguaje, disfrutan la lectura, la escritura, el juego con palabras y tienen facilidad para aprender idiomas.
2. **Inteligencia Lógico-Matemática**: Se refiere a la capacidad para usar el razonamiento lógico y la habilidad matemática de manera efectiva. Las personas con esta inteligencia son adeptas en resolver problemas matemáticos, analizar patrones y relaciones, y disfrutan del pensamiento abstracto y la resolución de problemas lógicos.
3. **Inteligencia Espacial**: Esta inteligencia se relaciona con la capacidad para percibir y manipular imágenes mentales y entender el espacio. Las personas con alta inteligencia espacial son hábiles en la navegación, el diseño visual, la visualización y la interpretación de mapas, gráficos y diagramas.
4. **Inteligencia Musical**: Se refiere a la capacidad para apreciar, crear y entender la música de manera efectiva. Las personas con esta inteligencia tienen una sensibilidad auditiva aguda, pueden distinguir tonos, ritmos y melodías, y pueden ser talentosas en tocar instrumentos, componer música o cantar.
5. **Inteligencia Corporal-Kinestésica**: Esta inteligencia se relaciona con la habilidad para controlar el movimiento del cuerpo y manipular objetos de manera hábil. Las personas con alta inteligencia corporal-kinestésica son hábiles en actividades físicas como deportes, danza, artes marciales o artesanías.
6. **Inteligencia Interpersonal**: Se refiere a la capacidad para comprender y relacionarse eficazmente con otras personas. Las personas con alta inteligencia interpersonal tienen habilidades para empatizar, comunicarse, trabajar en equipo, liderar y resolver conflictos de manera efectiva.



7. **Inteligencia Intrapersonal**: Esta inteligencia se relaciona con la comprensión de uno mismo, incluyendo las emociones, metas, motivaciones y fortalezas personales. Las personas con alta inteligencia intrapersonal son reflexivas, autoconscientes, tienen una fuerte autoestima y son capaces de establecer metas y autorregular su comportamiento.
8. **Inteligencia Naturalista**: Se refiere a la capacidad para reconocer y comprender el mundo natural, incluyendo la flora, la fauna, los ecosistemas y los patrones naturales. Las personas con esta inteligencia son sensibles a su entorno natural, tienen habilidades para observar, clasificar, identificar y comprender las relaciones en la naturaleza.

¿Cómo se relacionan los conceptos de las sefirot con las inteligencias múltiples? ¿Es eso posible? Veamos:

No hay una correlación directa establecida entre las Sefirot y las Inteligencias Múltiples, ya que pertenecen a sistemas de pensamiento diferentes y tienen enfoques distintos. Sin embargo, se puede realizar una interpretación conceptual para explorar posibles correspondencias. A continuación, ofrezco una interpretación:

1. **Inteligencia Lingüística**: Se podría relacionar con la Sefirá de Biná, que se asocia con el entendimiento, la comprensión profunda y la capacidad de comunicación.
2. **Inteligencia Lógico-Matemática**: Esta inteligencia podría tener una conexión con la Sefirá de Jojmá, que representa la sabiduría y la comprensión intuitiva, así como con la Sefirá de Geburá, que se asocia con la fuerza de juicio y discernimiento.
3. **Inteligencia Espacial**: Podría relacionarse con la Sefirá de Tiféreth, que representa la belleza, la armonía y la integridad, así como con la Sefirá de Netsaj, que se asocia con la creatividad y la imaginación.
4. **Inteligencia Musical**: Esta inteligencia podría estar conectada con la Sefirá de Hod, que representa la belleza en su expresión más artística y creativa.
5. **Inteligencia Corporal-Kinestésica**: Se podría relacionar con la Sefirá de Yesod, que representa la conexión entre el cuerpo y la mente, así como con la Sefirá de Maljut, que se asocia con la manifestación física y la acción en el mundo.
6. **Inteligencia Interpersonal**: Esta inteligencia podría tener una conexión con la Sefira de Jeséd, que representa la compasión, la generosidad y la bondad hacia los demás.
7. **Inteligencia Intrapersonal**: Podría relacionarse con la Sefirá de Dáat, que representa el conocimiento profundo de uno mismo y la integración de las experiencias personales.

8. **Inteligencia Naturalista**: Esta inteligencia podría estar conectada con la Sefirá de Keter, que representa la unidad y la conexión con la totalidad del universo, incluyendo el mundo natural, lo cual también se relaciona con Maljut ya involucra el buen usos de los recursos naturales y cuidado del medio ambiente, esto quiere decir que la persona tiene una buena relación con lo material.

[Jojmá]: Aspectos Psicológicos:

Psicológicamente, Jojmá se asocia con la intuición, la inspiración y la capacidad de visión a largo plazo. Representa la mente creativa y la habilidad para percibir patrones y posibilidades más allá de la información superficial.

Jojmá es un conocimiento "Indiferenciado", es decir a algo que no ha experimentado un proceso de diferenciación o distinción. Esto significa que en el estado de Jojmá, la información o la sabiduría no se han separado en categorías específicas o detalles definidos. Es un conocimiento que está en su estado más básico, sin divisiones o especificaciones.

Imagina que tienes un proyecto creativo en mente, como escribir una novela. En la fase de Jojmá, experimentarías la intuición y la inspiración. Podría ser ese momento en el que te golpea una idea brillante mientras caminas por el parque o te golpea de repente en medio de la noche. En este punto, esa idea es como un conocimiento "indiferenciado" porque aún no ha pasado por el proceso de desglose o análisis detallado.

En el estado de Jojmá, ves la visión general de tu historia, los personajes y las tramas, pero no has elaborado todos los detalles. Es un conocimiento creativo y fundamental que precede a la organización específica de los capítulos, los diálogos detallados o la creación de subtramas. En este momento, estás conectando con la esencia de la historia, captando patrones y posibilidades más allá de la información superficial.

Luego, a medida que avanzas en tu proceso creativo y pasas a la fase de Biná, comienzas a diferenciar y analizar esa visión general. Aquí es donde empiezas a desarrollar la trama, los personajes y los detalles específicos de cada escena. Biná te permite llevar esa inspiración inicial a un nivel más detallado y estructurado. Así, el viaje desde Jojmá hasta Biná refleja el movimiento desde la intuición y la inspiración hasta el análisis y la diferenciación en la creación literaria.

Jojmá está relacionada en el desarrollo de la “supraconciencia” que se refiere a un nivel superior de conciencia que va más allá de nuestra mente consciente. Actúa como un evaluador interno, señalando errores y acciones incorrectas, basándose en un sentido interno de lo moralmente correcto. Este nivel de conciencia tiene la capacidad de prever las posibles consecuencias de nuestras acciones, influyendo así en nuestras decisiones y comportamiento. Además, nos brinda la oportunidad de aprender y crecer al enfrentar las consecuencias de nuestras acciones. Nuestra supraconciencia está moldeada por nuestras



acciones y creencias personales, lo que significa que lo que creemos merecer y cómo juzgamos nuestras acciones afecta la forma en que esta guía interna influye en nuestra existencia. En resumen, la supraconciencia actúa como un guía sabio desde un nivel más elevado, ayudándonos a tomar decisiones y enfrentar las lecciones de la vida e influye en nuestra existencia (Ortiz Hadad, 2022).

La supraconciencia, es un viaje hacia las profundidades del ser, una exploración de los misterios más allá de la mente y el cuerpo. Es un llamado a la aventura del conocimiento, donde las experiencias cercanas a la muerte (ECM) actúan como puertas hacia una comprensión más amplia de nuestra existencia.

Imagina un universo de posibilidades donde la conciencia se convierte en un faro de luz, trascendiendo las limitaciones del tiempo y el espacio. Desde las sombras de la incertidumbre que nos invita a desentrañar los enigmas de la existencia, a cuestionar nuestras percepciones convencionales y a explorar nuevos horizontes de comprensión.

A través de sus investigaciones y encuentros con pacientes, el doctor Sans Segarra (Regenera, 2023) nos lleva a un viaje fascinante más allá de la muerte física. Descubrimos que la conciencia es más que una mera función del cerebro, es una entidad separada que puede existir independientemente del cuerpo físico. Es la chispa divina que anima nuestro ser, el hilo de luz que conecta todas las formas de vida en el vasto tapiz del universo.

En las profundidades de la física cuántica, un reino donde las leyes convencionales se desvanecen y emergen nuevas posibilidades. Descubrimos que las partículas subatómicas danzan en un estado de superposición y entrelazamiento, revelando la íntima conexión entre la conciencia y la materia.

La supraconciencia es una forma de conciencia que trasciende los límites del cuerpo y la mente. Es una danza cósmica de luz y energía, donde nuestras almas se entrelazan en un abrazo eterno con el universo. Es la realización de que la muerte no es el final, sino el comienzo de una nueva aventura en el vasto océano de la conciencia.

A través de la supraconciencia, encontramos consuelo en la idea de que nuestros seres queridos continúan su viaje en un nivel de conciencia más elevado. Nos invita a contemplar la realidad como una red interconectada de conciencia, donde cada ser y cada evento están entrelazados en un tejido de significado y propósito.

Imagina un universo donde la conciencia no está limitada por las fronteras de la mente y el cuerpo, donde nuestras almas están entrelazadas en una red cósmica de interconexión y significado. La supraconciencia es esa fuerza que nos permite trascender las limitaciones de la existencia física y adentrarnos en un estado de conciencia expandida. ¿Cómo puede cambiar esto nuestras vidas? El impacto de la supraconciencia en nuestra comprensión del mundo que nos rodea es profundo y transformador. Al aceptar la idea de que la conciencia puede existir más allá del cuerpo físico, abrimos las puertas a una nueva comprensión de la



vida y la muerte. La muerte, en lugar de ser vista como el fin definitivo, se convierte en una transición hacia un estado diferente de conciencia. Esta perspectiva cambia fundamentalmente nuestra relación con la muerte y el duelo, ofreciéndonos consuelo en la idea de que nuestros seres queridos continúan existiendo en un nivel de conciencia más elevado. Además, la idea de la supraconciencia nos lleva a reconsiderar nuestra comprensión de la realidad misma. Si la conciencia puede existir en un estado de superposición y entrelazamiento con otras formas de conciencia en el universo, entonces la percepción de separación entre nosotros y el mundo que nos rodea se desvanece. Comenzamos a ver el mundo como una red interconectada de conciencia, donde cada ser y cada evento están entrelazados en un tejido de significado y propósito. Esta comprensión más amplia de la realidad nos permite encontrar un sentido más profundo de propósito y significado en nuestras vidas. En última instancia, la idea de la supraconciencia nos invita a contemplar nuestra existencia como parte de un propósito más grande y más profundo que trasciende nuestra existencia física. Nos recuerda que somos parte de una danza cósmica de conciencia, donde cada experiencia, cada encuentro, lleva consigo el potencial de la realización y la expansión de nuestro ser.

En resumen, la supraconciencia es una puerta hacia una comprensión más profunda de nosotros mismos y del universo que habitamos. Es un recordatorio de que nuestra existencia es parte de algo más grande y más hermoso de lo que podemos imaginar, y nos desafía a explorar los misterios más profundos de la vida y la conciencia.

En última instancia, la supraconciencia nos desafía a encontrar un sentido más profundo de propósito y significado en nuestras vidas. Nos recuerda que somos parte de algo más grande, una sinfonía divina que trasciende el tiempo y el espacio.

Aquí algunas características asociadas con la idea de supraconsciencia:

1. **Conexión Universal:** A menudo implica una sensación de conexión con una conciencia más amplia o universal. Se percibe una interconexión con todas las formas de vida y con el universo en su conjunto.
2. **Trascendencia del Ego:** En este estado, la identificación con el yo individual (ego) disminuye, y la persona puede experimentar una comprensión de sí misma que va más allá de las limitaciones del ego.
3. **Percepción Transcendental:** Aquellos que experimentan la supraconsciencia pueden tener percepciones que van más allá de las capacidades ordinarias de la conciencia, como una comprensión intuitiva profunda o la percepción de verdades fundamentales.
4. **Experiencia de Unidad:** Puede haber una vivencia de unidad con todo lo que existe. La separación entre el individuo y el entorno puede desvanecerse, y se experimenta una armonía subyacente en la realidad.
5. **Tiempo y Espacio No Lineales:** En algunos relatos de supraconsciencia, el tiempo y el espacio se perciben de manera no lineal. Puede haber una sensación de trascender las limitaciones temporales y espaciales. En relación con el tiempo y el



espacio no lineal, un ejemplo de supraconsciencia podría ser la experiencia de la meditación profunda o de estados alterados de conciencia, donde la percepción del tiempo y el espacio se diluye o desaparece por completo. Imagina a una persona inmersa en un profundo estado meditativo. Durante esta experiencia, la percepción del tiempo se desvanece y el individuo puede sentir una sensación de atemporalidad, como si estuviera conectado con una realidad más amplia y eterna. En este estado, el concepto de pasado, presente y futuro puede volverse difuso, y la persona puede sentir una sensación de unidad con el universo, trascendiendo las limitaciones del tiempo lineal.

6. **Paz Interior:** Muchas personas que han tenido experiencias de supraconsciencia describen un profundo sentido de paz interior y plenitud. La ansiedad y el miedo suelen disminuir en este estado.
7. **Acceso a Sabiduría Universal:** Se describe a veces como un acceso a una forma de sabiduría universal. La persona puede sentir que tiene un conocimiento profundo y comprensión de la naturaleza de la existencia.
8. **Transformación Personal:** Las experiencias de supraconsciencia a menudo llevan a cambios significativos en la perspectiva y la vida de la persona. Pueden experimentar un mayor sentido de propósito y significado.

Una de las formas en que podemos alcanzar la supreconsciencia es la meditación, algunos la conocen como “consciencia despierta”.

La "supraconciencia" y la "conciencia despierta" son conceptos que comparten similitudes en términos de un estado de conciencia elevado y expandido, pero también tienen diferencias en su enfoque y comprensión.

La "conciencia despierta" se refiere principalmente a un estado de atención plena y alerta en el que una persona está completamente presente en el momento actual. Es un estado de claridad mental y presencia consciente que se logra al enfocarse en la experiencia presente y al dejar de lado los pensamientos del pasado y del futuro. La conciencia despierta se puede cultivar a través de prácticas como la meditación y el mindfulness.

La "conciencia despierta" se refiere a un estado mental en el que la persona está plenamente consciente de su entorno, de sí misma y de sus experiencias internas y externas. En este estado, la mente está alerta, presente y receptiva a lo que está sucediendo en el momento presente, sin estar distraída por pensamientos irrelevantes del pasado o del futuro.

La conciencia despierta implica una atención plena y una conexión profunda con la realidad presente. Es un estado en el que se experimenta una sensación de claridad mental y de estar totalmente presente en el momento actual.



Este estado de conciencia puede ser cultivado a través de prácticas de meditación, mindfulness y atención plena, así como mediante el desarrollo de una mayor autoconciencia y autodisciplina en la vida diaria. La conciencia despierta es valorada en muchas tradiciones espirituales y filosóficas como un camino hacia la comprensión más profunda de uno mismo y del mundo que nos rodea.

Por otro lado, la "supraconciencia" suele implicar un estado de conciencia más elevado y expandido que va más allá de la conciencia individual y se conecta con una comprensión más profunda de la realidad y del universo. La supraconciencia a menudo se asocia con la idea de la unidad de toda la existencia y la conexión con una conciencia universal o divina. Es un estado en el que se experimenta una profunda conexión con el todo y se trascienden las limitaciones individuales de la conciencia.

Ambos conceptos representan estados de conciencia distintos y, en ciertos aspectos, complementarios, pero no necesariamente uno precede al otro en términos de desarrollo espiritual o comprensión de la realidad.

Sin embargo, la conciencia despierta es un paso inicial hacia la supraconciencia, ya que el cultivo de la atención plena y la presencia consciente puede allanar el camino para una comprensión más profunda y una conexión más amplia con la realidad. Sin embargo, cada individuo puede experimentar su propio camino hacia la supraconciencia de manera única, y no hay una progresión predefinida o universalmente aplicable.

Existen opiniones de que figuras como Hermes Trismégistro, Rama, Krisna, Budha y Jesucristo fueron seres supraconscientes, mensajeros de los mundos superiores. Se destaca la urgencia de despertar la conciencia para alcanzar la iluminación, la clarividencia y la supraconciencia (Anisgott, 2011).

Algunos opinan que existe la Conciencia y la Subconciencia, siendo esta última una forma dormida de la primera. Es por ello que existe la importancia de despertar el subconsciente para alcanzar un estado de conciencia total y trascender las limitaciones.

Los pensamientos y emociones, destacando que las frecuencias vibratorias de estos afectan la realidad y la Supraconciencia es el estado de unificación mental de todos los seres del cosmos, amar y aceptar la totalidad de uno mismo para trascender la conciencia social y experimentar pensamientos ilimitados.

Se cree que la supraconsciencia se activa en la glándula pituitaria y abrir el cerebro a pensamientos de frecuencia más alta, lo que lleva a la Supraconciencia, este proceso conlleva cambios en la percepción, la capacidad psíquica y la posibilidad de experimentar otras dimensiones.



También algunos piensan que el despertar de la Supraconciencia lleva a la inmortalidad, la capacidad de controlar el cuerpo y la posibilidad de trascender el ciclo de vida y muerte. Se enfatiza la importancia del deseo y del amor propio en este proceso.

Aunque la muerte suscite temor y curiosidad, las ECM (experiencias cercanas a la muerte) han sido objeto de escepticismo por parte de la comunidad científica, que las ha considerado como simples anécdotas.

El estudio realizado por la Facultad de Medicina Langone en la Universidad de Nueva York desafía esta percepción al sugerir que la conciencia humana puede persistir después de la muerte clínica. Según el estudio 'AWARE', que analizó las experiencias de 2060 personas que sufrieron paros cardíacos, aproximadamente el 39% reportó algún grado de conciencia durante el evento, y algunos incluso recordaron conversaciones y situaciones en la sala del hospital que fueron verificadas por el personal presente (Sola, 2018).

Este estudio busca comprender la relación entre la conciencia y la muerte, así como la actividad cerebral durante el paro cardíaco y la reanimación. También sugiere que las ECM pueden tener un impacto transformador en las personas, haciéndolas más altruistas y comprometidas con la vida.

El sendero hacia la consciencia despierta, ese estado de plena atención y presencia en el momento presente, puede ser comparado a un arduo viaje de autoconocimiento y despertar espiritual. A través de un sencillo pero revelador experimento, podemos adentrarnos en la exploración de nuestro propio ser y descubrir si habitamos en un estado de ensoñación psíquica o si, por el contrario, hemos despertado a una realidad más profunda y consciente (Shiva Shambo, pág. 16).

Para experimentar la Conciencia Despierta se comienza con un llamado a la atención, a ese acto de ser consciente tanto de uno mismo como del entorno que nos rodea. Se nos insta a permanecer alerta de nuestro ser, sin caer en la trampa de la reflexión egoísta, sino más bien en la simple observación de nuestra presencia en el mundo. Este estado de alerta, de presencia consciente, nos coloca en un estado de vigilia, de consciencia despierta.

Sin embargo, la tarea de mantenernos en este estado de vigilia es desafiante. Pronto nos damos cuenta de lo efímero que puede ser, de cómo con solo unos pocos minutos o segundos, caemos nuevamente en el sueño psíquico habitual. Es un ciclo repetitivo en el que la consciencia despierta se desvanece tan rápido como surge.

Para romper este ciclo, es necesario ejercer la voluntad. La voluntad de recordarnos a nosotros mismos, de permanecer conscientes de nuestra propia existencia. Pero es un ejercicio que requiere dedicación y persistencia. Al principio, apenas podemos sostenernos unos segundos en ese estado despierto, pero con el tiempo y la práctica, esa consciencia despierta se fortalece, se vuelve más duradera, más frecuente y más intensa.

Es un viaje de autodescubrimiento que desafía nuestras concepciones preestablecidas sobre la realidad y nuestra propia existencia. A menudo, nos engañamos creyendo que somos conscientes cuando, en realidad, estamos sumidos en un estado de ensoñación psíquica. Romper con estas ilusiones requiere valentía y apertura a la posibilidad de una verdad más profunda.

Por tanto, es esencial abandonar las nociones preconcebidas sobre nuestra consciencia, tanto la idea de que somos plenamente conscientes como la idea opuesta. Solo al liberarnos de estos conceptos limitantes podemos explorar verdaderamente nuestra propia naturaleza y descubrir si habitamos en un estado de consciencia despierta o si aún nos encontramos atrapados en el sueño psíquico. Es un viaje de autodescubrimiento que nos invita a explorar las profundidades de nuestro ser y a despertar a una realidad más plena y consciente.

De todo lo anterior que hemos visto hasta aquí definiremos lo siguiente:

1. **Consciente:**
   - El consciente es la parte de la mente que procesa información de manera activa y consciente.
   - Se refiere a todo aquello que somos capaces de percibir, analizar y comprender de manera directa.
   - Representa nuestras creencias, ideas y percepciones conscientes sobre nosotros mismos y el mundo que nos rodea.
   - Está asociado con el sistema nervioso central y se manifiesta en nuestras acciones, pensamientos y percepciones cotidianas.
2. **Subconsciente:**
   - El subconsciente es la parte de la mente que opera por debajo del nivel de conciencia consciente.
   - Incluye pensamientos, sentimientos, recuerdos y procesos mentales que no son fácilmente accesibles a la conciencia consciente.
   - Almacena información del pasado, experiencias, creencias arraigadas y patrones de comportamiento.
   - Está conectado al sistema nervioso autónomo y puede influir en nuestras acciones, emociones y percepciones de manera subliminal.
3. **Supraconsciente:**
   - El supraconsciente es una dimensión de la conciencia que trasciende los límites del cuerpo y la mente.
   - No está localizado físicamente en nuestro cuerpo, sino que se considera una fuente de información y energía universal.
   - Representa un campo cuántico de conciencia interconectada que abarca todo el cosmos.
   - Accedemos al supraconsciente a través de la intuición, la conexión con el entorno y la apertura a la sabiduría universal.

- Es el canal a través del cual recibimos inspiración, ideas creativas y respuestas a nuestras preguntas más profundas.
- Está vinculado a un estado de alta frecuencia vibracional y puede guiar nuestras acciones hacia la armonía, la evolución y la conexión con el propósito universal.

El consciente, el subconsciente y el supraconsciente representan diferentes niveles de conciencia y percepción que influyen en nuestra experiencia de vida y en nuestra comprensión del universo. Integrar estas dimensiones de la mente puede llevarnos a un mayor autoconocimiento, claridad mental y conexión con la fuente de sabiduría que permea toda la existencia.

[Jojmá]: Conexión Espiritual:

Jojmá es la conexión espiritual con la sabiduría divina. Implica la apertura a la inspiración divina y la capacidad de percibir la esencia más allá de las apariencias. La conexión espiritual con Jojmá lleva a una comprensión más profunda de la realidad.

A continuación explico varias características de Jojmá obtenidas del Libro del Éxodo, Deuteronomio, 2 Samuel, 1 Reyes, 2 Reyes, Job, Salmos, Proverbios, Eclesiastés, Isaías, Jeremías y Ezequiel. Estos versículos destacan la importancia de la sabiduría (Jojmá) en diversas situaciones y contextos (chokmah-h2451, s.f.).

La sabiduría, según estos textos, se considera un don de D-os y se otorga a aquellos que están llenos del Espíritu de D-os. Se atribuye a la sabiduría la capacidad de realizar tareas específicas, guiar el juicio y discernir entre el bien y el mal.

Aquí hay algunas características principales de la sabiduría (Jojmá) según los pasajes mencionados:

I. **Capacidad para realizar tareas específicas:** La capacidad para realizar tareas específicas se refiere a la habilidad o aptitud que posee una persona para llevar a cabo acciones o actividades particulares de manera efectiva y competente. Esta capacidad implica la combinación de conocimientos, destrezas, experiencia y otros recursos necesarios para desempeñar con éxito una tarea específica.

   La capacidad para realizar tareas específicas puede abarcar una amplia gama de habilidades y competencias, desde habilidades técnicas y creativas hasta habilidades interpersonales y organizativas. Por ejemplo, un programador de software tiene la capacidad técnica para escribir código y desarrollar aplicaciones, mientras que un líder de equipo puede tener la capacidad para coordinar y motivar a los miembros del equipo hacia objetivos comunes.



Esta capacidad se relaciona con la aptitud de una persona para ejecutar acciones específicas de manera eficiente y exitosa, adaptándose a las demandas y requisitos particulares de cada tarea.

II. **Llenar de entendimiento e inteligencia:** Aquellos que poseen sabiduría son descritos como llenos de un espíritu dotado de inteligencia y entendimiento. Esta sabiduría es vista como un don divino.
III. **Guía en el juicio:** La sabiduría se considera valiosa para el ejercicio del juicio. Se espera que aquellos que son sabios tomen decisiones justas y correctas.
IV. **Reconocimiento:** La posesión de sabiduría lleva al reconocimiento y la admiración de las personas solo debemos de recordar que debemos ser humildes. La sabiduría se considera un atributo valioso que distingue a las personas.
V. **Fuentes de sabiduría:** La sabiduría no se limita a una sola persona; se encuentra en diversos individuos, incluyendo mujeres con corazones bien dispuestos.
VI. **Temor de D-os:** En varios pasajes, se destaca que el temor de D-os es el principio de la sabiduría.
VII. **Reconocimiento de la grandeza de la sabiduría:** La sabiduría de individuos como Salomón es reconocida y admirada por otros reyes y líderes de la tierra.

La sabiduría es un don divino que capacita a las personas para tareas específicas, les otorga entendimiento e inteligencia, guía en el juicio y atrae el reconocimiento de los demás. Además, la sabiduría se valora como un atributo que distingue a las personas y se asocia con el temor del Señor.

La función de "Jojmá" es ayudar a las personas a discernir la voluntad de D-os, a comprender sus enseñanzas y a aplicar esos principios en sus vidas diarias. Es una sabiduría que va más allá del conocimiento intelectual y se relaciona con una comprensión profunda de la moral, la ética y la espiritualidad basada en la relación con D-os. (Moramattos, 2020).

La cábala a través de diferentes lenguajes expresivos está construida en niveles, en el que nada está oculto, pero tampoco es evidente, y en donde cada lector/contemplador podrá acceder hasta donde esté preparado para hacerlo, la tradición cabalística, tiene significados profundos y múltiples opciones de interpretación para aquellos que se sumerjan en éste conocimiento.

La relación entre el lenguaje, la espiritualidad y la búsqueda de significado. Las palabras y los sonidos que articulamos están imbuidos de emociones y creencias, conectándonos de alguna manera con lo divino. Existe una lápida de Jorge Luis Borges escritor, poeta, ensayista y traductor argentino en Ginebra sugiere que la duda y el temor son elementos intrínsecos en la búsqueda del conocimiento y la espiritualidad. La frase en la lápida, **"La duda de quien no teme, de quien no debe temer"** (Borges e Israel: Dialogo, 2022) enfatiza la importancia de cuestionar y explorar, incluso en la ausencia de miedo.



Cada palabra que pronuncias lleva consigo emociones y creencias, creando una conexión especial con lo divino. Esta conexión entre lenguaje, espiritualidad y significado es como una red invisible que une nuestras palabras con aspectos más profundos de la existencia. La duda y el temor son compañeros naturales en la búsqueda del conocimiento y la espiritualidad. En otras palabras, cuestionar y explorar, incluso cuando no hay miedo, es esencial para comprender el significado más profundo de la vida. Así, la relación entre el lenguaje que utilizamos, nuestra espiritualidad y la búsqueda de significado se ilustra en la manera en que las palabras pueden resonar en niveles más profundos, desafiándonos a explorar y cuestionar en nuestra travesía espiritual.

En el contexto humano, la manifestación divina se revela a través de la Jojmá, que representa un conocimiento que trasciende la superficie de las cosas y logra comprender su esencia más profunda. Esta idea se ilustra a través del análisis de la palabra Jojmá en hebreo, que se descompone en "KoaJ MaH", traducido como "el potencial de qué?" o "el poder de preguntar". Aquí, Jojmá se presenta como la capacidad de formular preguntas y emprender la búsqueda de la verdadera esencia de las cosas.

La conexión entre Jojmá y la habilidad de hacer preguntas resalta la naturaleza inquisitiva del conocimiento divino. D-os se manifiesta en la capacidad humana de cuestionar, indagar y explorar más allá de las apariencias superficiales. Este enfoque trascendental de Jojmá implica que el conocimiento profundo y significativo se obtiene al cuestionar y buscar respuestas que revelen la esencia real de las situaciones o conceptos.

Jojmá y Biná realizan un proceso de interacción dinámica y complementaria entre dos entidades o aspectos de la conciencia según la filosofía cabalística en cada persona.

Jojmá, que representa la sabiduría o el aspecto masculino y activo del universo, inicia el ciclo formulando preguntas. Estas preguntas surgen de la necesidad de comprender, explorar y profundizar en los misterios del conocimiento y la existencia. Jojmá es la chispa creativa que impulsa la búsqueda de entendimiento y el deseo de trascender los límites del saber.

Por otro lado, Biná, que simboliza el entendimiento o el aspecto femenino y receptivo, responde a las preguntas planteadas por Jojmá. Biná es la receptora de la sabiduría y la encargada de procesarla, analizarla y darle forma. Sus respuestas representan la asimilación del conocimiento, la comprensión profunda y la síntesis de ideas.

El ciclo entre Jojmá y Biná es un movimiento constante de indagación y revelación. Jojmá pregunta para expandir los límites del entendimiento, mientras que Biná responde para proporcionar claridad y significado a las preguntas planteadas. A medida que el ciclo continúa, Jojmá y Biná trabajan en armonía para explorar los aspectos más profundos y esotéricos del universo, nutriéndose mutuamente y permitiendo el flujo continuo de sabiduría y comprensión.

Este ciclo es fundamental en la filosofía cabalística, ya que refleja la naturaleza misma del proceso de aprendizaje y evolución espiritual. A través de la interacción entre Jojmá y Biná, se busca alcanzar un estado de conocimiento superior y una conexión más profunda con el universo y con uno mismo. Es un recordatorio de que la búsqueda del entendimiento es un viaje continuo y que la sabiduría se encuentra en la exploración constante de las preguntas más profundas de la existencia.

En esencia, la Jojmá se presenta como una herramienta cognitiva que permite a la humanidad ir más allá de lo evidente, fomentando la búsqueda de la verdad subyacente en todas las cosas. Así, la capacidad de hacer preguntas se convierte en un vehículo para conectarse con la divinidad y comprender la esencia más profunda de la realidad. Este análisis resalta la importancia de la inquisición y la búsqueda continua en el camino hacia el conocimiento y la comprensión de lo divino.En este sentido, Jojmá se refiere a la capacidad de hacer preguntas y buscar la verdadera esencia de las cosas (Jojmá y Biná: Los poderes del intelecto [4], s.f.)

Jojmá por ejemplo en la tradición mística Judía, representando la sabiduría divina pura, se refiere a la inyección de conocimiento directo de lo divino en el mundo a través de la Torá. Es la esencia de la revelación divina, proporcionando una comprensión profunda y directa de la voluntad divina.

Por otro lado, Biná entra en juego en el estudio de la Torá (esto puede aplicarse a otras lecturas) al implicar el análisis lógico y la aplicación de un enfoque más detallado y sistemático. Biná se relaciona con la extracción de leyes, el razonamiento lógico y la comprensión más profunda a través del análisis. Esto implica desentrañar las capas de significado de la sabiduría divina contenida en la Torá, permitiendo la aplicación práctica de esos conocimientos a situaciones específicas.

Jojmá representa el intelecto no basado en el razonamiento lógico y se adquiere a través de la inspiración o el aprendizaje, mientras que Biná es el proceso racional inherente a las personas que se utiliza para desarrollar una idea de manera completa. La relación entre Biná y Jojmá hace que fluya el potencial sin desarrollar y el proceso de desarrollo lógico en la adquisición de conocimiento y la comprensión profunda (Liberman, s.f.).

[Jojmá]: Parte del Cuerpo Representada y su Conexión:

Jojmá encuentra su residencia en el cerebro, específicamente en el hemisferio derecho. Se presenta como la chispa divina que impulsa la creatividad y la inspiración. La analogía con el cerebro sugiere que Jojmá es el asiento de los axiomas fundamentales del conocimiento, aquellos que yacen detrás de nuestro proceso de pensamiento desde el nacimiento, formando la base de nuestra capacidad para estructurar y categorizar la información. Su conexión con la revelación profética destaca su capacidad para penetrar las capas superficiales de la realidad y percibir la esencia de las cosas (tora.org.ar, s.f.).



La conexión entre Jojmá y el cuerpo destaca la importancia de la inspiración en la formación de pensamientos y acciones.

[Jojmá]: Conexión con la Mente:

Jojmá está intrínsecamente conectada con la mente, especialmente en términos de la mente creativa e intuitiva. Es la fuente de las ideas originales y la capacidad de pensar más allá de lo convencional.

Jojmá se relaciona con "Jabad" es un acrónimo en hebreo que se refiere a las tres facultades intelectuales según la Cábala y la filosofía jasídica. Cada letra de "Jabad" representa una de estas facultades (Shemtov, s.f.):

1. **J:** La primera letra "J" corresponde a "Jojmá", representa la capacidad de generar ideas y percepciones iniciales, la chispa de entendimiento.
2. **B:** La letra "B" representa "Biná", es la facultad que permite analizar, elaborar y desarrollar las ideas, nutriendo la chispa inicial para convertirla en un conocimiento más profundo y estructurado.
3. **D:** La letra "D" corresponde a "Daat" que actúa como un puente entre la mente y las emociones, permitiendo una conexión íntima y personal con la información comprendida.

Jabad no solo es un acrónimo que describe estas facultades intelectuales, sino que también es un término asociado al movimiento jasídico Jabad-Lubavitch, una corriente del judaísmo jasídico. Este movimiento enfatiza la importancia de la educación y la difusión de la sabiduría espiritual, aplicando los principios de Jabad para alcanzar una comprensión más profunda de la Torá y la conexión con lo divino.

Al concentrarse plenamente en aprovechar su potencial, Jojmá tiene dos manifestaciones diferentes. La primera es llamada 'Abba IIa'ah', conocida como el Padre Superior, y la otra es "Yisrael Saba", también conocida como el Anciano (de Guzman, s.f.), las cuales describo a continuación:

1. **Abba IIa'ah - El Padre Superior:**
   - Esta manifestación se refiere a Jojmá en su aspecto paternal y superior. "Abba" significa padre en hebreo, y "IIa'ah" se traduce como Supremo o Superior. Por lo tanto, "Abba IIa'ah" se interpreta como el Padre Supremo o Padre Superior.
   - En este contexto, representa la dimensión paterna de la Sabiduría Divina. Es la fuente primordial de la inteligencia y la creatividad en el universo. Se asocia con la energía creativa y la chispa inicial que impulsa la manifestación de la realidad.
2. **Yisrael Saba - El Anciano:**



- La segunda manifestación, "Yisrael Saba", se traduce como el Anciano o el Israel Anciano. En este caso, "Israel" no se refiere únicamente al pueblo, sino que tiene una connotación más amplia, relacionándose con aquellos que buscan y luchan por la divinidad.
- Esta manifestación representa la conexión de Jojmá con la sabiduría ancestral y la tradición. Se asocia con la transmisión de la sabiduría a lo largo del tiempo, conectando con la experiencia acumulada y la herencia espiritual.

Ambas manifestaciones reflejan aspectos complementarios de la Sabiduría Divina.

La capacidad de sumergirse en las muchas capas de la realidad y lograr una concentración profunda en conceptos abstractos es crucial para obtener la comprensión necesaria. Este proceso se describe como fundamental para alimentar la fuerza primaria del proceso creativo. La sabiduría adquirida al estudiar, aprender o sumergirse en algo es esencial antes de poder expresarlo, compartirlo y enseñarlo completamente.

Jojmá nos invita a reflexionar sobre dónde y cómo experimentamos esto personalmente, así como lo que sabemos sin lugar a dudas. Es un llamado a la autorreflexión y al reconocimiento de la importancia de la sabiduría en el proceso de comprensión y expresión creativa.

Jojmá representa el mundo de la unión y la ausencia de contradicciones. En este mundo, la preocupación individual cede paso a la comprensión del funcionamiento del universo. Jojmá en esencia, nos saca del centro de nuestras preocupaciones personales y nos impulsa a ascender hacia los universos superiores (Saban M. , Latidos Cabalisticos, 2022).

Cuando alcanzas Jojmá, tu enfoque se aleja de ti mismo y se dirige hacia el mundo, la corrección y la trascendencia. La sabiduría de Jojmá se centra en el largo plazo, llevándonos a reflexionar sobre el propósito de nuestra alma en este mundo. Luego, compartimos esa comprensión con la vida para que se organice y ordene de acuerdo con esa sabiduría. En otras palabras, Jojmá nos invita a pensar más allá de nuestras preocupaciones personales y a considerar el significado más profundo de nuestra existencia para influir positivamente en nuestra vida y en el mundo que nos rodea.

Jojmá es como una intuición profunda que viene de una fuente divina (Kéter) y nos ayuda a entender nuestra misión y el propósito de nuestra vida. Es un tipo de conocimiento abstracto y profundo que va más allá de la lógica y se basa en la intuición. Cuando la mente trabaja en la Jojmá, vemos todos los detalles y observamos cuidadosamente en lugar de pensar rápidamente y tratar de controlar todo. La solución es tomarse el tiempo para pensar con calma y profundidad, y no solo entender conceptos, sino ir más allá de ellos para encontrar un significado más profundo (Saban M. , s.f.).

Nuestra mente racional puede atrapar y comprender conceptos, pero a menudo se pierde el sentido más profundo y simbólico que se esconde detrás de ellos. Cuando hablamos con otras personas, utilizan conceptos que tienen significados simbólicos y personales que no nos pertenecen. No podemos quedarnos solo con los conceptos e ideas de otra persona, ya que no compartimos su cosmovisión. La clave está en combinar la mente racional (Biná) con la intuición para llegar a una comprensión más profunda y una iluminación en nuestra forma de pensar. La razón integra la información que recibimos, pero la intuición agrega una dimensión más profunda a nuestra comprensión (Saban, Mario, s.f.).

De lo anterior sobre la razón y la intuición lo podemos ejemplificar de la siguiente manera:

El experimento de la doble rendija consiste en disparar un haz de partículas, como electrones, hacia una pantalla con dos rendijas. Según la física clásica, se esperaría que cada partícula pase por una de las dos rendijas y forme un patrón de dos bandas en la pantalla detrás de ellas. En aquel momento utilizando la mente racional (Biná) con él con el conocimiento previo a la física cuántica era lo esperado.

Al realizar el experimento el resultado mostro un comportamiento diferente, un comportamiento dual, actuando tanto como partículas como ondas. Esto significa que, en lugar de pasar solo por una rendija o la otra, una partícula puede "entrelazarse" y pasar por ambas rendijas al mismo tiempo, creando un patrón de interferencia en la pantalla detrás de las rendijas.

Desde una perspectiva puramente racional, para los científicos parecía contradictorio e ilógico. Sin embargo, la intuición llevo a los científicos a pensar más allá y trascender el conocimiento anterior de la física y comenzar a desarrollar la física cuántica, se descubrió que el mundo subatómico no sigue las mismas reglas que el mundo macroscópico en el que vivimos.

La intuición nos dice que debemos aceptar estas paradojas aparentes y estar dispuestos a explorar y cuestionar nuestras suposiciones racionales para llegar a una comprensión más profunda de la naturaleza cuántica de la realidad.

Así, el ejemplo de la doble rendija en la física cuántica ilustra cómo la mente racional puede ser insuficiente para comprender completamente conceptos complejos y cómo al combinarla con la intuición puede llevar a una comprensión más profunda y una iluminación en nuestra forma de pensar.

Lo anterior se explica de forma más sencilla de la siguiente manera, imagina que estás jugando un juego de adivinanzas cuánticas. En este juego, tienes una bolita (electrón), la cual la lanzas hacia unas rendijas u orificios, la bolita puede comportarse de manera extraña cuando la observas. Cuando miras, parece que pasa por ambas rendijas al mismo tiempo. Pero, si intentas entenderlo usando solo la lógica racional, parece imposible que



una bolita pueda hacer eso. Aquí es donde entra la intuición. En lugar de confiar solo en la lógica, dejas que tu intuición te guíe. Aceptas la paradoja aparente de que la bolita puede estar en dos lugares al mismo tiempo y te abres a la posibilidad de que la realidad cuántica es diferente a lo que esperamos con nuestra mente racional. Al combinar la lógica con la intuición, logras una comprensión más profunda de este fenómeno cuántico y te iluminas en la forma en que piensas sobre la realidad. En este ejemplo, la bolita en las rendijas representa cómo la intuición puede ayudarnos a abordar y entender conceptos como los cuánticos que desafían nuestra lógica convencional.

Después de adquirir conocimiento, crecer espiritualmente y aprender a compartir y recibir la luz infinita como sabemos que es la sabiduría de la Jojmá, ¿Nos convertimos en sabios? No podemos ser sabios, aprenderemos en el transcurso de nuestra vida y nuestra evolución intelectual así como la espiritual depende del tiempo que dediquemos, esto nos hace mejores personas para nosotros mismos y los demás, pero si creemos que somos sabios esto nos puede hacer perder la paciencia, nos desequilibra. La vida y las personas a nuestro alrededor siempre tendrán algo nuevo que enseñarnos, cuando no lo entendemos o no logramos nuestras expectativas, es nuestro ego, pero es algo que depende en cada persona, si estamos equilibrados en las demás Sefirot conoceremos y experimentaremos un conocimiento que trasciende pero nunca podrás parar de aprender y decir que lo sabes todo, eso también es ego. Recuerda que no importa cuántos libros leas; puedes consumir toda la biblioteca y acumular mucho conocimiento, pero eso no te convierte en sabio el conocimiento es infinito y existen cuestiones que solo se pueden resolver de forma multidisciplinaria que requieren de diferentes puntos de vista no podemos ser expertos científicos en todas las ramas de las ciencias (matemáticas, biología, química, en fin). Puedes ser muy inteligente, pero la inteligencia no se limita al el conocimiento. El verdadero conocimiento es saber que no lo sabemos todo, tener conocimiento y no compartirlo en beneficio de los demás es como un burro cargando libros.

La humildad en el verdadero conocimiento y la importancia de compartirlo para el beneficio de los demás. En primer lugar, la verdadera sabiduría implica reconocer que no lo sabemos todo, fomentando una actitud abierta y receptiva hacia el aprendizaje continuo. Además, la metáfora de un burro cargando libros ilustra que tener conocimiento pero no compartirlo es ineficaz, similar a un esfuerzo inútil. La idea subyacente es que el conocimiento tiene un valor real cuando se comparte y se utiliza para el beneficio colectivo, en lugar de ser guardado egoístamente. En resumen, el conocimiento auténtico se basa en la humildad y encuentra su verdadero propósito al contribuir al bienestar de los demás.

¿Qué significa ser sabio? Según la Cábala, ser sabio significa aprender de todo y ser humilde. Un sabio siempre está dispuesto a aprender más y no se siente superior a los demás. Valora el tiempo y busca aprender constantemente porque sabe que la vida es corta.

El sabio incluso aprende de las cosas malas, porque entiende que el mal puede ayudarnos a entender mejor la realidad. El sabio se ve a sí mismo como alguien en constante crecimiento y construcción personal. Cada día es como un nuevo comienzo para él, y ve el mundo con ojos curiosos como si lo viera por primera vez.

La sabiduría no solo está en tener respuestas, sino en hacer las preguntas adecuadas. La pregunta es lo que nos impulsa a buscar y descubrir secretos. Un sabio sabe que siempre hay más por descubrir y que el camino de búsqueda es importante.

Ser sabio en la Cábala significa ser humilde, estar siempre dispuesto a aprender, incluso de las cosas malas, y hacer preguntas para descubrir secretos en la vida cotidiana.

"El sabio es siempre un "aprendiz de sabio", porque el verdadero sabio nunca se considera "sabio". En general, son otros los que le consideran sabio." (Saban J. M., s.f.)

Todo el aprendizaje de las Sefirot previas a Jojmá nos ayudara a tener inteligencia emocional se refiere a la toma de decisiones emocionales controladas (Zer Anpin), donde se utiliza la inteligencia emocional, el control de reacciones y una lógica asociativa más compleja. En este paso para llegar a la Jojmá, se aplican emociones de manera reflexiva y pausada, y se eligen cuidadosamente los sentimientos que se deben destacar. Este proceso precede a la toma de decisiones racionales y se relaciona con ella, ya que ayuda a alcanzar objetivos personales, se alinea con las preferencias individuales y evita conflictos con creencias preexistentes para evitar la disonancia cognitiva.

La evolución de la mente de un individuo que funciona en la Sefirá Jojmá, según la perspectiva cabalística, se caracteriza por un profundo crecimiento espiritual, desarrollan una espiritualidad profunda y una comprensión más clara de los principios divinos. Adquieren una visión más amplia de la realidad y ven las cosas desde una perspectiva cósmica, hago cita de la siguiente descripción que me agrada mucho sobre la perspectiva cósmica: *"puede ser la más increíble que cualquiera pueda adquirir: ver el espacio metafórica, física y románticamente. La historia ha demostrado que cuando se te da una perspectiva más amplia que la que habías albergado, tu manera de pensar sobre el mundo cambia para bien."* (deGrasse Tyson, 2022)

[Jojmá]: Acciones para Equilibrar la Sefirá:

1. **Cultivar la Creatividad:** Fomentar la creatividad a través de actividades artísticas, expresión personal y resolución de problemas.
2. **Práctica de la Intuición:** Desarrollar la intuición confiando en la sabiduría interna y la inspiración divina. ¿Cómo la practico? Aquí hay algunos tipos de juegos que pueden ayudar a fortalecer la intuición (Lo siguiente son sugerencias que pueden contribuir al desarrollo de la intuición):



a) **Juegos de cartas estratégicos:** Juegos como el póker que implican tomar decisiones estratégicas basadas en la interpretación de las cartas y en la anticipación de los movimientos de los oponentes. Estos juegos pueden fomentar la intuición al evaluar situaciones rápidamente y confiar en la corazonada.
b) **Juegos de mesa de toma de decisiones:** Juegos como el ajedrez o el de damas requieren anticipar movimientos futuros y tomar decisiones tácticas. Estos juegos promueven la planificación estratégica y la intuición en la predicción de las jugadas del oponente.
c) **Juegos de rol:** Participar en juegos de rol puede desarrollar la empatía y la capacidad de tomar decisiones intuitivas al enfrentar situaciones imaginarias. Los jugadores a menudo deben confiar en su intuición para resolver problemas y avanzar en la historia.
d) **Juegos de estrategia en tiempo real:** Juegos de estrategia en tiempo real, como los videojuegos de estrategia, pueden ayudar a desarrollar la intuición al exigir decisiones rápidas y adaptación a situaciones cambiantes.
e) **Juegos de palabras y asociación:** Juegos como el Scrabble, el Boggle o el Codenames pueden mejorar la intuición verbal y la capacidad de asociación rápida entre conceptos.
f) **Juegos de rompecabezas:** Resolver rompecabezas, especialmente aquellos que requieren pensamiento lateral y creatividad, puede fortalecer la intuición al abordar problemas desde diferentes perspectivas.

3. **Simbolización:** En el contexto cabalístico, la simbolización se refiere al uso de símbolos y metáforas para representar conceptos espirituales o divinos. Los cabalistas a menudo emplean símbolos específicos, como los presentes en el Árbol de la Vida, para expresar realidades más allá de la comprensión ordinaria. Estos símbolos actúan como herramientas para acceder a niveles más profundos de conciencia y comprensión espiritual.

[Jojmá]: ¿Qué Ayuda a Equilibrar la Sefirá? ¿Qué la Desequilibra?

Ayuda a Equilibrar:

- **Mente Abierta:** Estar receptivo a nuevas ideas y perspectivas.
- **Desarrollo Creativo:** Participar en actividades que estimulen la creatividad.
- **Intuición:** La intuición en la Cábala implica una percepción directa e instantánea de verdades espirituales o divinas sin depender totalmente del razonamiento lógico. Se considera una forma de conocimiento que proviene de niveles más elevados de conciencia. La intuición cabalística puede ser cultivada a través de prácticas espirituales, meditación y conexión con las sefirot y los arquetipos cabalísticos.
- **Conciencia de Unidad:** Este concepto refiere a la comprensión de que, a pesar de la aparente diversidad y multiplicidad en el mundo, hay una unidad subyacente que conecta todas las cosas. La conciencia de unidad en la Cábala implica reconocer la

divinidad presente en todo y comprender que todo está interconectado. Esto va más allá de la percepción ordinaria y lleva a una experiencia de unidad cósmica.

Ayuda a Desequilibrar:

- **Falta de Inspiración:** La falta de inspiración y creatividad puede desequilibrar Jojmá.
- **Rigidez Mental:** La resistencia a nuevas ideas y la rigidez mental pueden bloquear la energía de Jojmá.
- **Grandes Preguntas:** Jojmá se relaciona con la capacidad de formular grandes preguntas, destacando la importancia de vivir en el mundo de las preguntas más que en la búsqueda constante de respuestas. No obstante, se plantea un desequilibrio potencial al vivir solo con preguntas y no organizar nada. Este desequilibrio puede llevar a la locura, donde la mente sabia pierde su punto de apoyo en la realidad (Saban M. , Latidos Cabalisticos, 2022).
- **Demasiada Elevación Espiritual:** Para contrarrestar este desequilibrio, los cabalistas enfatizan la necesidad de anclarse en la realidad a través de compromisos como el matrimonio, la crianza de hijos y el trabajo. Estos actúan como anclajes esenciales para evitar perderse en la espiral de las preguntas sin fin. La cábala advierte sobre el peligro de volverse tan elevado espiritualmente que uno se niegue a regresar a la realidad cotidiana, es como exagerar en querer elevar el espíritu tanto que se eleva demasiado y la persona no vuelve a la realidad (Saban M. , Latidos Cabalisticos, 2022).
- **La locura, volarse:** Cuando Jojmá, que representa la sabiduría y el conocimiento profundo, no se equilibra adecuadamente con otras sefirot o aspectos de la conciencia, podría manifestarse de manera descontrolada. En este contexto, "La locura, volarse" es cuando alguien ha perdido el equilibrio al buscar sabiduría o conocimiento más allá de los límites razonables, sin tener en cuenta otros aspectos importantes de la vida o la espiritualidad.

La conexión con D-os y el ser humano es alcanzado cuando cosas buenas pasan en nuestra vida desarrollando nuestra mente y espiritualidad, notaremos los resultados comparando como éramos antes de practicar la cábala y como somos después de practicarla y seguir aprendiendo.

El desequilibrio e Jojmá sucede por creernos sabios, o no tener humildad al compartir nuestro conocimiento, incluso puede llevarnos a perder la cordura, por eso la importancia de aprender y equilibrar las demás Sefirot.

Por ejemplo cuando no entendemos el árbol de la vida, nos podemos desequilibrar en Jojmá puedes llegar a pensar que podemos trascender y hacer menos a los demás, por el conocimiento que hemos alcanzado, es una ilusión la frase "sólo existo yo, yo soy todo, no estoy condicionad@ por nada y puedo hacerlo todo por mí mism@" (Sánchez-Villacañas, 2015), refleja una actitud de egocentrismo extremo y una falta de reconocimiento de la

interdependencia y las limitaciones humanas. Se podría describir a una persona que piensa de esta manera como egocéntrica, sin amistades verdaderas, narcisista o megalómana.

El pensamiento de que uno es la única entidad que importa y que no está influenciado ni limitado por nada ni nadie suele ser poco realista y poco saludable en las relaciones interpersonales y en la vida en general. Las personas dependen de otras personas y de su entorno para muchas cosas, y la colaboración y la empatía suelen ser elementos importantes para el bienestar y el éxito en la vida.

Es importante reconocer que todos tenemos limitaciones y que formamos parte de una comunidad y una sociedad más amplia. La humildad, el respeto hacia los demás y la comprensión de nuestras interconexiones suelen ser valores más constructivos y beneficiosos que la creencia en la autosuficiencia total y la falta de consideración por los demás.

No debemos despegar los pies del suelo, no dar tantas vueltas al significado de las cosas, debemos esforzarnos, no hacer juicios para todo, trabajar en lo que queremos en la vida, tener certeza y confiar en D-os, ¿Cómo nos daremos cuenta que estamos avanzando en Jojmá? Pues siendo felices, cumpliendo objetivos personales, teniendo éxito en nuestra búsqueda de conocimiento y desarrollando nuestro potencial, compartiendo nuestra luz divina recibimos bendiciones, ayudando a otros y corrigiendo nuestro Tikún. Sintiéndonos plenos y felices significa que *estamos conectados con D-os de manera profunda y espiritual.*

[Jojmá]: Acciones para Practicar Sefirá:

1. **Meditación Creativa:** Practicar meditaciones que fomenten la conexión con la fuente divina de sabiduría.
2. **Exploración de Ideas:** Tomar tiempo para explorar nuevas ideas y perspectivas.
3. **Desarrollo Intuitivo:** Cultivar la intuición mediante la confianza en los impulsos creativos internos.
4. **Estudio de Conceptos Elevados:** Explorar conceptos filosóficos y espirituales para expandir la mente.
5. **Colaboración Creativa:** Participar en colaboraciones creativas para enriquecer la inspiración y la sabiduría compartida.

Es el espacio para meditar y captar ideas profundas, dar sentido a la vida y fomentar la creatividad. Es el campo intuitivo que revela misterios a su manera, incluso a través de los sueños.

Biná

Biná, la tercera Sefirá en el Árbol de la Vida de la Cábala, se traduce como "Comprensión". Representa la capacidad de discernir, analizar y comprender la esencia de las cosas. Biná se encuentra en el pilar izquierdo del Árbol y está asociada con la energía femenina y receptiva, es el acto mismo de la creación que refleja la sabiduría divina. La mente racional nos permite comprender el mundo que nos rodea y encontrar sentido en nuestras experiencias. Es importante cultivar un juicio equilibrado para evitar culparnos injustamente. Biná es la mente racional, la que ordena y organiza, pero lo hace de modo que la vida tenga sentido. La biná tiende a juzgar, por eso debemos estar bien equilibrados para no culparnos. Nos hace juzgarnos a nosotros mismos, hay responsabilidad pero no culpa.

Puede considerarse como la intuición que va más allá de la comprensión factual y real de las cosas, representando una comprensión diferente, más profunda y reflexiva, anteriormente ya vimos varias de sus cualidades.

[Biná]: Caminos y Conexiones en el Árbol Sefirótico:

Biná está conectada directamente con Kéter (Corona) y se encuentra en el camino ascendente desde Jojmá (Sabiduría). Esta conexión sugiere la relación entre la comprensión y la sabiduría, indicando el proceso de recepción y desarrollo de la inteligencia divina.

La Cábala nos desafía a ser conscientes de la relación de la sabiduría y la comprensión en nuestras vidas, reconociendo el papel esencial de estas fuerzas en nuestra búsqueda de conocimiento y comprensión del mundo que nos rodea. La aplicación consciente de Jojmá y Biná, como sugiere la Cábala, nos impulsa a una integración armoniosa de estas fuerzas, permitiéndonos llevar a cabo el proceso creativo y analítico con sabiduría y comprensión.

A continuación explico las conexiones con las demás Sefirot:

1. **Kéter (Corona):**
    - La conexión entre Biná y Kéter representa la esencia más elevada y la conexión directa con la divinidad. La Comprensión de Biná actúa como el medio a través del cual la conciencia cósmica alcanza su máxima comprensión. Es a través de Biná que se interpreta y se comprende la esencia pura y trascendental de Kéter.
2. **Jojmá (Sabiduría):**
    - La conexión de Biná con Jojmá representa la sabiduría divina y la chispa creativa inicial. Biná, al interactuar con Jojmá, profundiza esta sabiduría, la interpreta y la comprende a un nivel más profundo. Es la unión de la sabiduría intuitiva y la comprensión reflexiva.

3. **Geburá (Severidad):**
    - La conexión entre Biná y Geburá representa la fuerza de restricción y juicio. Biná, al conectarse con Geburá equilibra la comprensión con la necesidad de discernimiento y límites. Es la integración de la comprensión profunda con la evaluación crítica y la severidad necesaria.
4. **Tiféret (Belleza):**
    - La conexión entre Biná y Tiféret contribuye a esta belleza al aportar una comprensión profunda y equilibrada. Es la fusión de la comprensión reflexiva con la armonía estética.
5. **Jésed a través de Dáat (la Belleza a través del conocimiento):**
    - Dáat, el conocimiento, actúa como el punto de conexión entre Biná y Jésed. Es el espacio donde la comprensión profunda de Biná se fusiona con la misericordia y la benevolencia de Jésed.
    - A través de Dáat, Biná y Jésed se integran y equilibran mutuamente. Biná aporta la sabiduría y el discernimiento necesario para comprender la naturaleza de la misericordia, mientras que Jésed suaviza la rigidez intelectual de Biná con su influencia amorosa.
    - La conexión de Biná con Jésed a través de Dáat implica una comprensión profunda de la naturaleza de la misericordia. No es simplemente un acto de benevolencia, sino que implica una comprensión reflexiva de la necesidad y la aplicación adecuada de la misericordia en diferentes situaciones.
    - Esta conexión sugiere que la misericordia no es ciega, sino que está respaldada por la comprensión profunda de Biná. La benevolencia se apoya en la sabiduría, asegurando que la misericordia sea aplicada con discernimiento y conocimiento.

Relación con la Creación:

Biná representa la matriz creativa, la capacidad para conceptualizar y dar forma a las ideas recibidas de Jojmá. Es la madre de la creación, la matriz que transforma la esencia divina en formas comprensibles y estructuradas.

El sistema de las tres facultades intelectuales conocido como Jabad (Acrónimo de Jojmá, Biná y Dáat) (Shemtov, s.f.), que comprende Jojmá, Biná y Dáat, ofrece una perspectiva fascinante sobre el proceso del pensamiento humano. Estas facultades son un marco conceptual para entender la naturaleza de la creatividad, el análisis y la cognición.

Jojmá, identificado como creatividad, se presenta como la chispa inicial de entendimiento. La analogía de la chispa es poderosa: al igual que la chispa contiene un potencial ilimitado de fuego, Jojmá contiene el potencial para la comprensión profunda. Sin embargo, como una chispa fugaz, necesita ser alimentada para convertirse en una llama útil y duradera. Aquí, surge la importancia de Biná, el poder analítico. Biná actúa como el alimento que nutre y expande la chispa de Jojmá, transformándola en una llama que brilla con claridad y

persistencia. Este proceso ilustra cómo la creatividad inicial debe ser respaldada por el análisis y la elaboración para lograr un conocimiento sólido y duradero.

La relación entre Jojmá y Biná refleja el viaje desde la inspiración hasta la comprensión estructurada. Jojmá proporciona la visión general, la chispa de la idea, mientras que Biná permite la diferenciación y el análisis detallado. Es un recordatorio de que la creatividad sin un proceso analítico puede ser efímera y carecer de profundidad.

Dáat, la tercera facultad, introduce el componente cognitivo al sistema. Este poder actúa como un puente crucial entre el intelecto y las emociones. Aunque uno pueda entender algo a través de Jojmá y Biná, el verdadero "conocimiento" se logra mediante Dáat. Es la conexión íntima entre la mente y las emociones, permitiendo una comprensión completa y personal de la información. La mera comprensión intelectual, sin la conexión emocional proporcionada por Dáat, puede dejar a uno indiferente ante la información, subrayando la importancia de la fusión entre la mente y el corazón.

[Biná]: Aspectos Psicológicos:

Psicológicamente, Biná está asociada con la capacidad de análisis, la percepción profunda y la habilidad para sintetizar información. Representa la facultad de entender el mundo y encontrar significado en las experiencias.

La interacción de Jojmá y Biná refleja la combinación entre lo indiferenciado y lo analizado, lo esencial y lo relacional. Jojmá proporciona un conocimiento indiferenciado, una chispa creativa, mientras que Biná es la fuente de la capacidad para analizar y separar en partes componentes. Esta dinámica, como se señala, a menudo opera de manera inconsciente en las personas, pero la sabiduría de la Cábala aboga por la conciencia y la integración de este movimiento pendular de la conciencia.

En nuestras vidas, Biná nos invita al espacio para una expansión y comprensión intuitivas, puede encontrarse al cuestionar nuestras percepciones actuales, romper barreras mentales y estar abiertos a nuevas perspectivas. Biná nos insta a explorar más allá de lo obvio, a desafiar nuestras propias limitaciones y a permitir el flujo de una comprensión intuitiva que puede transformar no solo lo que sabemos, sino también cómo creamos y vivimos nuestras vidas.

Biná también representa el tiempo y la secuencialidad en la manifestación, donde las ideas se desarrollan y maduran con el tiempo. La dualidad es esencial en Biná, dependiendo de Jojmá y viceversa, y esta dualidad es necesaria para la creación y manifestación en el universo. Se destaca la importancia de la complementariedad entre sabiduría e inteligencia, ya que la sabiduría sin inteligencia y viceversa pueden ser insuficientes para lograr resultados fructíferos.



En este punto es muy importante la dualidad en la creación, la importancia del tiempo y la complementariedad de lo masculino y lo femenino en la manifestación del universo. (Watts, 2012).

La vida, un constante vaivén entre éxito y fracaso, luz y oscuridad, se despliega ante nosotros como un Binomio, una dualidad que nos desafía y nos equilibra. En esta compleja relación, Biná la mente racional se erige como una guía que ordena y organiza nuestra realidad, pero también como un espejo que refleja nuestras propias expectativas y demandas. Esto se denota en al ciclo que une a Jojmá con Biná, mientras Jojmá de resultados y respuestas de todo lo aprendido Biná hace preguntas y exige respuestas.

En el Binomio de la vida, ascendemos desde el equilibrio logrado en el plano inferior hacia la incertidumbre que aguarda en lo más alto. La mente racional, como un mentor exigente, nos insta a alcanzar resultados, a materializar nuestras aspiraciones en el mundo tangible. Este llamado puede ser un impulso valioso, pero también un terreno peligroso donde la bipolaridad se manifiesta.

La mente racional, al exigir resultados, despierta la bipolaridad que todos llevamos dentro. Nos convertimos en dos polos opuestos, atrapados en un juego de éxitos y fracasos, de luz y oscuridad. Este juego da lugar a desequilibrios, y es entonces cuando surgen distintas facetas de la vida, representadas por diversos equipos y dogmas. La rigidez de aquellos que se aferran a verdades absolutas, los dogmáticos, se convierte en un desequilibrio que reemplaza a D-os y desdibuja la verdadera esencia espiritual.

En la vida conceptual, la mente racional desempeña un papel crucial al ordenar la realidad, estructurar agendas y establecer objetivos. Es el faro que guía nuestras decisiones y nos permite comprender la polaridad inherente a la existencia. Sin embargo, este orden no está exento de desafíos, ya que la vida, en su papel de medidora constante, puede generar presiones y autoexigencias elevadas. De todo loa anterior lo podemos resumir en dos procesos:

El proceso de Jojmá (Sabiduría) es como el potencial de hacer preguntas sobre la verdadera esencia de las cosas. Se relaciona con la capacidad de penetrar más allá de las capas superficiales de la realidad y percibir la esencia de las cosas. Jojmá se entiende como el inicio de la sabiduría y corresponde al hemisferio derecho del cerebro. Se caracteriza por contener los axiomas fundamentales del conocimiento (Kramer J. , 2016).
El proceso de Biná (Comprensión) es la capacidad de comprender y distinguir entre las cosas. Biná permite deducir información adicional a partir de la información recibida y reconocer las relaciones subyacentes entre las cosas. Mientras que Jojmá nos permite llegar a la esencia de algo, Biná nos permite percibir esa cosa en relación con otras. Biná se relaciona con el hemisferio izquierdo del cerebro y es la fuente de la capacidad para analizar el conocimiento y separarlo en sus partes componentes (Kramer J. , 2016).



La sefirá Biná como madre racional nos mide y compara, creando un terreno fértil para la envidia y la competencia. La búsqueda constante de resultados puede convertirse en una fuente de odio y celos, llevándonos a la trampa de compararnos con los demás. Es aquí donde al no medirnos frente a nosotros mismos, sino frente a los demás, puede tejer la red de emociones tóxicas que nos llevan a la envidia y la frustración.

No obstante, en la vida también encontramos la capacidad de diferenciarnos y fragmentarnos dentro de la realidad. La mente racional nos permite vivir en un mundo de contrastes, comprender la luz y la oscuridad sin quedar atrapados por ellas. Asumir la oscuridad como una maestra que nos enseña en lugar de rechazarla, nos lleva a una relación más equilibrada con la vida.

En conclusión, la Biná que guía la mente racional, nos desafía a equilibrar la búsqueda de resultados con la aceptación de la oscuridad. Biná ordena, pero también puede desordenar si no somos conscientes de los desequilibrios que pueden surgir. Aprender a vivir con la polaridad sin quedar atrapados en ella se convierte en la clave para encontrar un equilibrio duradero en el complejo tejido de la existencia (Saban M. , Psicología y Espiritualidad, 2020).

[Biná]: Conexión Espiritual:

Biná es el nivel de la mente que comprende la naturaleza espiritual y la esencia detrás de las manifestaciones físicas. La conexión espiritual con Biná implica la capacidad de entender los principios espirituales fundamentales y aplicar esa comprensión en la vida diaria.

Bina no es simplemente una extensión o un complemento de Jojmá. Encarna la capacidad de discernir una realidad más amplia que la incluida en Jojmá en sí. Es la puerta que se abre a una comprensión más profunda, explorando los parámetros, axiomas, ramificaciones y aplicaciones de una idea. En este sentido, Biná trasciende Jojmá al ofrecer una visión ampliada y una comprensión más profunda.

Mientras que Jojmá representa la semilla pura, Biná actúa como la matriz que desarrolla esa semilla en una realidad concreta y estructurada. Esta relación es comparable a la simbiosis creativa de un padre sembrando la semilla y una madre desarrollándola en un ser completo. Así, Biná es la fuerza maternal que da forma y estructura a la sabiduría inicial de Jojmá.

Otra dimensión fascinante de Biná es su capacidad para explicar y reproducir conceptos. Se la califica como "madre de los hijos" en los Salmos (113, 9), destacando su papel en la transmisión y reproducción de las ideas. Esta capacidad para compartir la sabiduría con otros testimonia la naturaleza dinámica y fecunda de Biná (Miller, s.f.).

El Salmo 113, versículo 9 en la Biblia, traducido al español, se lee de la siguiente manera:

"Él hace habitar en familia a la estéril, que se goza en ser madre de hijos. ¡Aleluya!" (Salmo 113:9, Reina-Valera 1960)

Este versículo destaca la capacidad de D-os para obrar milagros y bendiciones incluso en situaciones que parecen imposibles desde la perspectiva humana. D-os brinda alegría y fertilidad a aquellos que le temen y confían en Él.

Biná emerge como una fuerza poderosa en el panorama de las sefirot, vinculada íntimamente a Jojmá pero distintiva en su papel crucial. Es la fuerza de comprensión, inducción, deducción y transmisión. Biná, la comprendedora, la madre de conceptos, desempeña un papel esencial en el desarrollo y articulación de la sabiduría celestial, haciendo posible la manifestación de un conocimiento estructurado y multidimensional.

En la cosmología cabalística, Biná y Jojmá representan la dualidad cósmica entre lo masculino y lo femenino, formando un equilibrio esencial para la creación y el funcionamiento del universo. Biná, como la Madre Universal, simboliza la energía femenina y se asocia con la razón, el intelecto y la estructura. Trabaja en conjunto con Jojmá, la energía masculina, para dar forma a la fuerza creativa cósmica. Biná impone disciplina y limitación, organizando la energía libre de Jojmá para permitir la manifestación de la vida en el mundo material. Esta dualidad se entiende como principios cósmicos más que perspectivas personales, siendo esencial para el equilibrio universal y la creación.

Cuando estamos mal en la dimensión de Biná surge un desequilibrio que puede manifestarse en problemas físicos y psicológicos en una persona. Por ejemplo, problemas de audición, rigidez mental, conservadurismo excesivo, falta de creatividad, entre otros (Orero Clavero, 4).

Biná, en la cosmología cabalística, juega un papel crucial al ser asociada con la concreción y distinción entre los seres humanos y la realidad. Se le atribuye la capacidad de brindar inteligencia concreta, lo que significa que a través de Biná, la realidad adquiere forma y estructura, permitiendo que las cosas sean identificables y distintas entre sí.

La función de Biná en la formación y manifestación de la realidad se relaciona con su capacidad para imponer límites y restricciones. Es a través de este acto de imposición que las ideas abstractas se convierten en formas concretas y distinguibles. Biná, como fuerza femenina receptiva, actúa como la matriz de la creación, dando a luz a la diversidad y la individualidad en el mundo.

En términos prácticos, esto significa que gracias a Biná, cada ser humano y cada elemento de la realidad adquieren características distintivas y reconocibles. Es como si Biná proporcionara el marco intelectual que permite la diferenciación y la comprensión de la



diversidad en el universo. Sin la intervención de Biná, la realidad podría ser un continuo indiferenciado, sin límites claros entre las diversas manifestaciones de la existencia.

Biná desempeña un papel esencial al dar forma y estructura a la realidad, permitiendo la concreción y la distinción entre los seres humanos y las cosas. Es a través de este proceso que la inteligencia concreta, representada por Biná, contribuye a la riqueza y diversidad del mundo que experimentamos.

Se enfatiza que el ser de D-os se expresa en todo lo que existe a través del conocimiento activo. En la Cábala todo lo que existe es una manifestación del conocimiento divino, y Biná desempeña un papel crucial en esta manifestación al dar concreción y distinción a la realidad, lo que contribuye a la creación y la manifestación del universo (Pikaza, 2007).

[Biná]: Parte del Cuerpo Representada y su Conexión:

Biná, o "Comprensión", se asocia al cerebro izquierdo. En este contexto, Biná se revela como la capacidad de deducir información adicional a partir de lo que se ha recibido. Es la fuerza que nos permite diferenciar y analizar, una capacidad representada en la analogía del agua fluyendo a través de un sistema de tuberías. Biná nos permite percibir las relaciones subyacentes entre las cosas, y destaca su papel en la diferenciación y comprensión de las diversas facetas de la realidad (tora.org.ar, s.f.).

Representa la conexión entre la mente y el cuerpo, siendo el medio a través del cual se interpreta y comprende la realidad.

La idea de los hemisferios derecho e izquierdo del cerebro y su relación con la psicología se basa en la teoría de la lateralización cerebral. Según esta teoría, los hemisferios cerebrales tienen funciones cognitivas distintas y complementarias, y se cree que están asociados con diferentes tipos de procesamiento mental.

- **Hemisferio Izquierdo**: Tradicionalmente se asocia con funciones como el lenguaje, la lógica, el análisis y la capacidad para procesar información de manera secuencial y detallada.
- **Hemisferio Derecho**: Se cree que está más relacionado con la percepción espacial, la creatividad, la intuición, la síntesis de información y la comprensión de patrones y contextos globales.

En la psicología, esta dicotomía entre los hemisferios cerebrales se ha explorado en varios campos:

1. **Neuropsicología**: Estudia cómo las lesiones cerebrales, especialmente en áreas específicas de los hemisferios, afectan el comportamiento y las funciones cognitivas.

2. **Psicología Cognitiva**: Examina cómo la organización y el procesamiento de la información difieren entre los hemisferios y cómo esto afecta la percepción, el pensamiento y la resolución de problemas.
3. **Psicología del Aprendizaje**: Explora cómo las diferencias en la dominancia hemisférica pueden influir en los estilos de aprendizaje y en las estrategias de enseñanza más efectivas para diferentes individuos.
4. **Psicología Clínica y Terapia**: Aunque la investigación sobre la lateralización cerebral ha sido objeto de debate, algunos enfoques terapéuticos sugieren técnicas que intentan equilibrar o estimular ambos hemisferios cerebrales para promover el bienestar emocional y mental.

[Biná]: Conexión con la Mente:

Biná está intrínsecamente conectada con la mente. Representa la capacidad de analizar, sintetizar y comprender conceptos complejos. Es la facultad mental que da forma a la sabiduría intuitiva de Jojmá en pensamientos y conceptos comprensibles.

Simboliza otro tipo de conocimiento que utilizamos después de haber obtenido una comprensión completa y real de algo. Es la información y el conocimiento que surge después de haber asimilado los hechos. Sin embargo, va más allá de la mera acumulación de datos; es la capacidad de trascender límites, expandiéndonos desde lo que creemos saber hacia lo que podría ser.

Biná desafía las limitaciones al fomentar una apertura a nuevas posibilidades. Tiene la capacidad de transformar la sabiduría que ya poseemos en algo más sustancial y poderoso de lo que originalmente imaginábamos. Esta energía encarna un principio femenino, alineándose más con la forma femenina de abordar las cosas, caracterizada por la intuición, la receptividad y la creatividad.

Una vez que la energía de Biná se desarrolla plenamente, se manifiesta en dos formas distintas. 'Imma Ila'ah' es conocida como la Madre Superior, mientras que la inferior se llama 'Tevunah', que representa la comprensión. Ambas formas se combinan para formar 'Imma', conocida como la Madre (de Guzman, s.f.). Esta dualidad refleja la complejidad y la integralidad de Biná en su función materna y comprensiva, a continuación la explicación de cada una:

1. **Imma Ila'ah - La Madre Superior:**

   Esta faceta de Biná simboliza una forma elevada y celestial de comprensión materna. Es la conexión con la sabiduría más profunda y espiritual, representando la fuente más alta de comprensión y conocimiento. Imma Ila'ah está asociada con la intuición divina y la comprensión trascendental.

2. **Tevunah - La Comprensión:**

Tevunah representa la capacidad de comprender y asimilar la información de una manera más accesible y aplicada. Es la comprensión que se manifiesta en la vida cotidiana, en la toma de decisiones y en la interpretación del mundo que nos rodea. Aunque es inferior en términos de su conexión celestial, es esencial para la aplicación práctica de la sabiduría en la realidad.

En la Cábala, "Imma" y "Abba" (Biná y Jojmá respectivamente) son términos que se utilizan para referirse a aspectos divinos o sephirot (esferas) dentro del Árbol de la Vida, para simplificar **Imma Ila'ah** y **Tevunah,** son dos atributos de Biná, se explica mejor de la siguiente manera:

1. **Imma**: En hebreo, "Imma" significa "Madre". En el contexto de la Cábala, Imma representa la sefirá Binah, que se traduce comúnmente como "Entendimiento". Binah es considerada la Madre Divina, la matriz donde se gestan las formas y la comprensión profunda. Es el aspecto femenino de la Divinidad y se asocia con la fuerza de juicio, comprensión, y la capacidad de discernir la verdad.
2. **Abba**: En hebreo, "Abba" significa "Padre". Abba representa la sefirá Jojmá, que se traduce como "Sabiduría". Jojmá es el aspecto masculino de la Divinidad, el principio creativo primordial y la fuente de la inspiración divina. Se considera el padre celestial que emite la chispa inicial de la creación y se asocia con la intuición, la visión y la comprensión intuitiva.

Imma y Abba, Biná y Jojmá, están relacionados en el concepto de la unidad divina. Juntas, representan aspectos complementarios y equilibrados de la Divinidad, donde Biná actúa como el receptáculo y Jojmá como la fuente de la creatividad y la sabiduría. La interacción entre Biná y Jojmá es esencial para el proceso creativo y la emanación de la Divinidad a través del Árbol de la Vida en la Cábala.

La sefirá Biná ocupa un lugar crucial en el rico tejido de la Cábala, donde se considera la fuerza que da forma a la energía seminal de Jojmá. Actúa como la forjadora de la sabiduría, permitiendo que esta se manifieste en forma de conceptualizaciones estructuradas.

Biná, como facultad cognitiva, se distingue por su papel inductivo y deductivo. Sirve de puente entre las ideas crudas generadas por Jojmá y la conceptualización estructurada que resulta de ellas. Esta capacidad para entender o deducir un elemento a partir de otro amplía el punto de Jojmá en un sistema conceptual multidimensional. El Zohar, en su simbolismo, representa Jojmá, Biná y su relación como "el punto celestial (Jojmá) en su palacio (Bina)" (Zohar I, 6a). Esto destaca la interconexión esencial entre estas dos sefirot (Miller, s.f.).

A continuación, agrupo algunos tipos de pensamiento según su relación con Binah y Jojmá:



Binah (Entendimiento - Aspecto femenino - Madre):

1. **Pensamiento Analítico:** La capacidad de descomponer un problema en partes más pequeñas y comprenderlo de manera profunda.
2. **Pensamiento Crítico:** Evaluar reflexivamente la información y tomar decisiones informadas.
3. **Pensamiento Lateral:** La exploración de múltiples perspectivas y soluciones a un problema.
4. **Pensamiento Abstracto:** La conceptualización de ideas sin depender de ejemplos concretos.
5. **Pensamiento Convergente:** es un proceso cognitivo que se centra en la búsqueda y evaluación de una única solución o respuesta correcta a un problema específico, aplicando la lógica, el razonamiento y la deducción para llegar a una conclusión determinada.

Jojmá (Sabiduría - Aspecto masculino - Padre):

1. **Pensamiento Creativo:** Generar nuevas ideas, soluciones o conceptos.
2. **Pensamiento Holístico:** Considerar las interconexiones y relaciones entre las partes de un sistema o concepto.
3. **Pensamiento Estratégico:** Formular y ejecutar estrategias para alcanzar objetivos a largo plazo.
4. **Pensamiento Sistémico:** Comprender sistemas complejos y sus interrelaciones.
5. **Pensamiento Divergente:** es un proceso mental que se caracteriza por la generación de múltiples ideas, soluciones o perspectivas a partir de un problema o situación dada, fomentando la originalidad, la flexibilidad y la exploración de posibilidades creativas más allá de los límites convencionales.

Es importante recordar que Biná y Jojmá no se limitan solo a estos tipos de pensamiento, ya que representan aspectos más amplios de la Divinidad y el universo. Sin embargo, estos tipos de pensamiento pueden asociarse con las cualidades y las energías representadas por Biná y Jojmá en el contexto cabalístico.

[Biná]: Acciones para Equilibrar la Sefirá:

1. **Estudio Profundo:** Dedicar tiempo al estudio profundo y reflexivo para comprender conceptos espirituales y filosóficos o de temas que a ti te gusten.
2. **Práctica de Análisis:** Desarrollar la capacidad de análisis crítico en la vida diaria para entender las situaciones desde una perspectiva más profunda.

[Biná]: ¿Qué Ayuda a Equilibrar la Sefirá? ¿Qué la Desequilibra?

Ayuda a Equilibrar:



- **Prudencia y Reflexión:** Tomar decisiones con prudencia y reflexión profunda.
- **Búsqueda de Sabiduría:** Buscar constantemente la sabiduría y comprensión en la vida.
- **Organización y planificación**: Mantener un entorno físico ordenado y organizar las tareas diarias puede ayudar a calmar la mente y promover la claridad mental. Establecer agendas, listas de tareas pendientes y horarios estructurados puede ayudar a gestionar el tiempo de manera más efectiva y reducir el estrés asociado con la sensación de abrumarse.
- **Estudio y aprendizaje**: La búsqueda activa de conocimiento y comprensión es fundamental para equilibrar Biná. Esto implica dedicar tiempo a la lectura, el estudio y la reflexión sobre temas que amplíen la comprensión del mundo y de uno mismo. El aprendizaje continuo estimula la mente y fortalece la capacidad de comprender conceptos complejos.
- **Auto-reflexión y autoconocimiento**: Tomarse el tiempo para reflexionar sobre las experiencias pasadas, las emociones y los pensamientos puede ayudar a desarrollar una comprensión más profunda de uno mismo. La práctica de la meditación, la escritura reflexiva o simplemente el tiempo de silencio puede facilitar este proceso de autoexploración y aumentar la claridad mental.
- **Comunicación clara y efectiva**: En las interacciones con los demás, la comunicación clara y comprensible es esencial para evitar malentendidos y conflictos. Desarrollar habilidades de comunicación, como escuchar activamente, expresar ideas de manera coherente y comprender las perspectivas de los demás, puede promover relaciones armoniosas y colaborativas.
- **Gestión emocional**: Entender y gestionar las propias emociones es fundamental para equilibrar Biná. Esto implica cultivar la capacidad de reconocer las emociones, comprender sus orígenes y responder a ellas de manera constructiva en lugar de reaccionar impulsivamente. La práctica de la atención plena y otras técnicas de gestión del estrés pueden ser útiles en este sentido.

Ayuda a Desequilibrar:

- **Sobreanálisis:** Exceso de análisis puede llevar a la parálisis decisional.
- **Cierre Mental:** Resistencia a nuevas ideas y perspectivas.
- **Dogmatismo**: El dogmatismo es la adhesión inflexible a ciertas creencias o ideas, sin considerar otras perspectivas o evidencia contraria. Cuando una persona se vuelve dogmática, su capacidad de comprensión se ve limitada, ya que rechaza activamente cualquier información que contradiga sus creencias preestablecidas. Esto puede conducir a un estancamiento en el pensamiento y a una falta de apertura a nuevas ideas o perspectivas, lo que obstaculiza el desarrollo de la comprensión y la sabiduría.
- **Polarización**: La polarización se refiere a la tendencia de dividir el mundo en términos de "nosotros vs. ellos", creando divisiones y conflictos innecesarios. Cuando las personas se polarizan, tienden a ver el mundo en términos absolutos y simplistas, sin reconocer la complejidad y la diversidad de las situaciones. Esto



puede obstaculizar la capacidad de comprensión de Biná al limitar la capacidad de considerar múltiples perspectivas y entender la interconexión de diferentes factores en un problema dado.

- **Envidia**: La envidia es un sentimiento de resentimiento o deseo por las posesiones, habilidades o logros de los demás. Cuando una persona experimenta envidia, su juicio y comprensión pueden verse nublados por sentimientos de inferioridad o injusticia percibida. La envidia puede llevar a la comparación constante con los demás, la amargura hacia aquellos que tienen éxito y la incapacidad de apreciar las propias bendiciones y logros. Esto puede interferir con la capacidad de comprensión de Biná al desviar la atención de la introspección y el crecimiento personal hacia la rivalidad y la competencia destructiva.

Biná despliega su significado al representar la facultad de analizar y comprender la información en profundidad. Esta función se asemeja a la ciencia en el sentido de que la ciencia implica una profunda comprensión y análisis del mundo natural. La analogía entre Biná y la ciencia radica en el uso del pensamiento analítico para descomponer y comprender fenómenos a niveles más profundos.

En el ámbito científico, el proceso de investigación involucra observación, recopilación de datos, análisis y formulación de teorías, demandando un alto grado de comprensión y discernimiento. Estas cualidades, que son esenciales para la ciencia, son reflejadas por Biná en la Cábala.

Tanto la ciencia como la Cábala comparten una búsqueda constante de la verdad. La ciencia busca entender las leyes y principios subyacentes del mundo natural, mientras que la Cábala se dedica a comprender verdades espirituales y metafísicas del universo. Ambas disciplinas representan una búsqueda de conocimiento profundo y significativo.

La importancia de equilibrar Biná radica en evitar desequilibrios que podrían manifestarse como exceso de rigidez, intelectualismo extremo o falta de apertura a la intuición y creatividad. Un desequilibrio podría resultar en un bloqueo en la capacidad de comprensión o dificultad para recibir influencias espirituales superiores. Por lo tanto, el entendimiento profundo y la apertura a diferentes formas de conocimiento son cruciales para mantener una armonía entre la analítica Biná y otras facultades espirituales. Este equilibrio propicia una comprensión más completa y enriquecedora del mundo tanto en la ciencia como en la Cábala.

[Biná]: Acciones para Practicar Sefirá:

1. **Meditación Contemplativa:** Practicar meditaciones que fomenten la contemplación y la comprensión profunda.
2. **Estudio Filosófico:** Explorar filosofías espirituales y metafísicas para expandir el entendimiento.



3. **Diálogo Constructivo:** Participar en diálogos constructivos que estimulen la comprensión profunda de los demás.
4. **Desarrollo Intelectual:** Estimular el desarrollo intelectual a través de la lectura, el aprendizaje constante y la participación en discusiones significativas.
5. **Práctica de la Paciencia:** Cultivar la paciencia al analizar situaciones complejas y permitir que la comprensión se desarrolle de manera natural.
6. **Atención Plena:** Conocida como mindfulness en inglés, es una práctica y un estado de conciencia que implica prestar atención de manera deliberada y sin juicio al momento presente. Se trata de estar completamente presentes en el aquí y ahora, observando los pensamientos, emociones, sensaciones corporales y el entorno externo de manera consciente y sin intentar cambiar nada.

Es importante recordar que Biná es la mente racional que organiza y da sentido a la vida. Sin embargo, puede llevar al autojuzgamiento si no estamos equilibrados. Es importante reconocer la responsabilidad sin caer en la culpa excesiva.

Relacionado a las acciones mencionadas para Biná, una serie de investigaciones relacionadas con el cerebro y la plasticidad cerebral realizadas en el año 2000 por el Instituto de Neurología del London College, dirigido por Leonor Maguire, que examinó cómo la memorización de calles y rutas afectaba a los cerebros de taxistas de Londres. Los resultados mostraron que los taxistas expertos tenían un hipocampo posterior más grande, lo que condujo al desarrollo del concepto de plasticidad cerebral.

La plasticidad cerebral llevó a investigaciones sobre personas que deliberadamente entrenaban sus cerebros, como monjes budistas y practicantes de tai chi. La atención plena y la meditación (que mencione sirven para ejercitar Biná) se volvieron enfoques. El doctor Richard Davidson, que reveló que el monje budista Matthieu Ricard tenía una actividad cerebral particularmente activa en la corteza cerebral pre-frontal izquierda, asociada con el bienestar y la gestión del estrés, lo que le valió el título de "el hombre más feliz del mundo" (National Geographic, 2019)..

Investigadores como Sara Lazar de Harvard encontraron que las personas que practican meditación a largo plazo tenían regiones cerebrales más desarrolladas relacionadas con la atención y la interocepción (es un sentido que permite entender y sentir lo que ocurre dentro del propio cuerpo, hambre, sueño, etc.) (National Geographic, 2019).

Ciertas áreas del cerebro pueden desarrollarse a lo largo de la vida a través de ejercicios mentales, de manera similar al desarrollo muscular en el gimnasio. La plasticidad cerebral y entrenar la mente puede tener un impacto positivo en el bienestar y la calidad de vida (National Geographic, 2019).

Una forma en la que yo sugiero que también puedes mejorar tu razonamiento y la Biná son las matemáticas, tanto en la Biná como en las matemáticas, la lógica y la razón son



fundamentales y se utilizan para comprender conceptos profundos (Hacerlo a tu ritmo y nivel que consideres).

Desde tiempos inmemoriales, las matemáticas han sido veneradas como una herramienta poderosa no solo para entender el mundo que nos rodea, sino también para ejercitar y fortalecer el músculo más valioso que poseemos: el cerebro. En este ensayo, exploraremos cómo las matemáticas se convierten en un gimnasio mental asombroso, moldeando y fortaleciendo nuestras capacidades cognitivas de formas insospechadas.

En su esencia más pura, las matemáticas son un lenguaje universal que nos permite desentrañar los misterios del universo, desde los movimientos de los planetas hasta las complejidades de la biología molecular. Sin embargo, más allá de su utilidad práctica, las matemáticas sirven como una herramienta incomparable para el desarrollo del pensamiento crítico y la resolución de problemas.

Uno de los principales beneficios de las matemáticas radica en su capacidad para estimular el razonamiento lógico. Al enfrentarse a problemas matemáticos, el cerebro se ve desafiado a seguir una secuencia ordenada de pasos y a aplicar reglas y principios de manera coherente. Esta actividad no solo fortalece los circuitos neuronales asociados con el pensamiento lógico, sino que también nos dota de habilidades transferibles que son cruciales en la vida cotidiana y en la toma de decisiones informadas.

Además, resolver problemas matemáticos requiere la activación de la memoria y la retención de información. La repetición constante de fórmulas, conceptos y procedimientos contribuye al fortalecimiento de la memoria a corto y largo plazo, lo que aumenta nuestra capacidad para recordar y aplicar conocimientos en diversas situaciones.

Pero el verdadero poder de las matemáticas radica en su capacidad para estimular el pensamiento abstracto y la creatividad. Los conceptos matemáticos, desde números hasta geometría, nos desafían a pensar más allá de lo concreto, a manipular ideas abstractas y a visualizar soluciones en un espacio mental sin límites. Esta práctica del pensamiento abstracto no solo amplía nuestra capacidad intelectual, sino que también nos prepara para abordar los desafíos complejos y las incertidumbres del mundo moderno.

Otro aspecto fundamental es la promoción de la perseverancia y la paciencia. Resolver problemas matemáticos puede ser desafiante y requiere un grado considerable de persistencia y tenacidad. A través de la resolución de problemas matemáticos, aprendemos a no rendirnos ante la adversidad, a persistir incluso cuando enfrentamos dificultades aparentemente insuperables, lo que fortalece nuestra resiliencia mental y emocional.

Las matemáticas son mucho más que una disciplina académica; son un gimnasio mental asombroso que ejercita y fortalece nuestras capacidades cognitivas de maneras inimaginables. Al estimular el razonamiento lógico, promover la memoria, cultivar el pensamiento abstracto y fomentar la perseverancia, las matemáticas se convierten en una



herramienta invaluable para el desarrollo personal y la realización intelectual. En un mundo cada vez más complejo y desafiante, el dominio de las matemáticas no solo nos equipa con las habilidades necesarias para triunfar, sino que también nos abre las puertas hacia un universo de posibilidades infinitas.

Las matemáticas y los números son una parte integral de la cábala, y cómo esta tradición espiritual utiliza las estructuras numéricas para explorar aspectos espirituales y trascendentales de la existencia humana. La cábala muestra cómo las matemáticas pueden tener un significado más allá de lo puramente intelectual, conectando lo concreto con lo espiritual. Por ejemplo, el número 10 se considera en la cábala como un símbolo de perfección y consumación de D-os, y se relaciona con el concepto de Sefirot, que representa el árbol de la vida y tiene 10 emanaciones. (La cábala y las matemáticas, s.f.).

Aquí hay algunos de los principales números cabalísticos:

1. **Uno (1)**: Representa la unidad divina, la unicidad de D-os y la fuente de toda creación. Es el número primordial que contiene todas las posibilidades y potencialidades.
2. **Tres (3)**: Es un número sagrado que simboliza la manifestación de la Divinidad en el mundo material. Representa la trinidad divina en muchas tradiciones religiosas y se asocia con la creación, la realización y la perfección.
3. **Siete (7)**: Es un número místico que simboliza la plenitud, la totalidad y la perfección divina. Se cree que refleja los siete días de la creación, los siete cielos y los siete días de la semana.
4. **Diez (10)**: Representa la totalidad y la completitud. Es el número de las Sefirot en el Árbol de la Vida de la Cábala, que son las emanaciones divinas que forman el universo.
5. **Doce (12)**: Es un número simbólico que representa la totalidad y la perfección. Se asocia con los doce signos del zodíaco, los doce meses del año y los doce patriarcas en la Biblia.
6. **Veintidós (22)**: Representa las letras del alfabeto hebreo y se asocia con el poder creativo y la energía cósmica. En la Cábala, cada letra hebrea tiene un significado y un valor numérico específicos.

Estos son solo algunos ejemplos de los principales números cabalísticos, y su significado puede variar según la interpretación y la tradición dentro de la Cábala. Los números en la Cábala se consideran portadores de significado espiritual y se utilizan para comprender los misterios del universo y la relación entre el mundo material y el mundo espiritual.

Las matemáticas, a pesar de ser abstracciones, desempeñan un papel fundamental en nuestra comprensión del mundo real. Son una especie de lenguaje abstracto que, aunque no es físico en sí mismo, resulta indispensable. *"En el prefacio de la primera edición de los Principia, Newton dejó claro cómo veía la relación entre las matemáticas y la filosofía natural en la tarea de "reducir los fenómenos de la naturaleza a leyes matemáticas" (Newton 1687/1999, p. 381). El aspecto práctico de la mecánica involucra el arte manual de medir magnitudes y realizar construcciones geométricas. "[La] geometría se basa en la práctica mecánica y no es otra cosa que esa parte de la* mecánica universal que reduce el arte de



medir a proposiciones y demostraciones exactas" (p. 382)" (Lazarovici, 2023). A pesar de estas limitaciones, Newton creía que era posible describir las leyes matemáticas que gobiernan el movimiento de los objetos en el mundo real, y este fue uno de los logros fundamentales de su obra en los Principia.

Como Galileo Galilei expresó, " *La filosofía [natural] está escrita en ese grandioso libro que tenemos abierto ante los ojos, (quiero decir, el universo), pero no se puede entender si antes no se aprende a entender la lengua, a conocer los caracteres en los que está escrito. Está escrito en lengua matemática y sus caracteres son triángulos, círculos y otras figuras geométricas, sin las cuales es imposible entender ni una palabra; sin ellos es como girar vanamente en un oscuro laberinto*" (Álvarez-Nodarse, 2017), resaltando la idea de que el mundo opera de acuerdo a principios matemáticos.

Paul Davies doctor en física en Londres también señala que las matemáticas no son meramente una herramienta conveniente para organizar datos, sino que sus relaciones y ecuaciones reflejan aspectos reales y fundamentales del mundo físico (Fe razonable, s.f.). La ciencia se apoya en la noción de que vivimos en un universo organizado y sujeto a leyes matemáticas precisas, lo que se manifiesta en la expresión de las leyes físicas a través de ecuaciones matemáticas. Paul Davies afirmo que:*" «Los teólogos abandonaron más o menos completamente el argumento del diseño, debido a las severas críticas de Hume, Darwin y otros. Es muy curioso, por tanto, que haya sido resucitado recientemente por un número de científicos. En su nueva forma el argumento no se dirige hacia los objetos materiales del universo como tal, sino a las leyes subyacentes, donde es inmune frente a los ataques darwinistas»"* (Artigas, 28)

Sin embargo, el enigma radica en por qué las matemáticas son tan excepcionalmente efectivas en la descripción de la naturaleza. Eugene Wigner planteó esta pregunta en su artículo de 1960, "La irrazonable efectividad de las matemáticas en las ciencias naturales", y concluyó que esta efectividad es un misterio que escapa a nuestro pleno entendimiento y merecimiento (Fe razonable, s.f.).

Desde una perspectiva filosófica, existen dos enfoques principales para abordar este enigma. Los naturalistas sostienen que todo lo que existe se reduce al espacio-tiempo y su contenido físico, excluyendo causas sobrenaturales. Sin embargo, aún no han encontrado una explicación completamente satisfactoria de por qué las matemáticas son aplicables al mundo físico; algunos sugieren que esto se debe a la estructura matemática intrínseca del universo.

Por otro lado, los teístas argumentan que las matemáticas operan en el mundo físico porque D-os diseñó el universo siguiendo un plan matemático. Esta perspectiva se asemeja a la idea de *"Filon de Alejandría en el siglo I decía la siguiente analogía que si un rey quiere construir una ciudad un arquitecto hace un plan de todas las partes que deben de completarse luego construye mirando el modelo asegurándose que los objetos materiales se construyan de acuerdo con el plan"* (Fe razonable, s.f.) (wikipedia, 2023). En este caso, las

matemáticas y el universo encajan perfectamente porque la mente que diseñó el modelo del universo lo hizo basándose en el mismo modelo matemático.

Este enigma también ha llevado a un argumento relacionado con la existencia de D-os: si la aplicabilidad de las matemáticas al mundo físico no es simplemente una coincidencia, entonces podría sugerir la existencia de una entidad creadora.

No obstante, es importante recordar que las matemáticas tienen sus limitaciones, ya que existen afirmaciones que no pueden demostrarse de manera definitiva, como el problema de los números primos gemelos. (Veritasium, s.f.) Además, en ciertas circunstancias, como en el centro de los agujeros negros, las matemáticas y las leyes físicas tradicionales parecen no aplicarse, lo que da lugar a la noción de singularidades gravitacionales ocultas detrás del horizonte de sucesos, como propone la hipótesis de censura cósmica débil. Científicos como Roger Penrose afirman que la singularidad *es el corazón, el núcleo del agujero negro, donde la densidad es infinita y por esa razón, las ecuaciones de la física no funcionan, porque donde aparezca la densidad, todo crece. Entonces las ecuaciones dejan de funcionar* (T13, 2020).

Las singularidades son puntos en los que las leyes físicas conocidas pueden dejar de aplicarse, y nuestro entendimiento actual de la física no puede describir adecuadamente lo que sucede en esas regiones.

Existen dos tipos principales de singularidades que se discuten en la teoría de la relatividad general de Einstein:

1. **Singularidad Espacial:**
    - Se refiere a un punto en el espacio donde las cantidades físicas, como la densidad de masa, se vuelven infinitas. Un ejemplo de esto es el centro de un agujero negro, donde la masa se comprime a un volumen infinitesimal.
2. **Singularidad Temporal:**
    - Se refiere a un punto en el tiempo en el que ciertas cantidades, como la curvatura del espacio-tiempo, se vuelven infinitas. En el contexto de los agujeros negros, esto se asocia con el concepto de un "agujero negro en el tiempo" o "singularidad en el futuro", donde las líneas temporales parecen converger hacia un punto infinito en el futuro.

Las singularidades son una predicción teórica de las ecuaciones de la relatividad general y surgen en situaciones extremas, como en el centro de agujeros negros o en las primeras fracciones de segundo del Big Bang. Sin embargo, las singularidades plantean desafíos conceptuales y teóricos, ya que las ecuaciones no pueden describir qué sucede en esas condiciones extremas.

Una película Lucy (Besson, 2014) se cuestiona esto, en el tejido intrincado de la realidad, las células se revelan como mensajeros de información, maestros de comunicación que

intercambian impulsos eléctricos a una velocidad asombrosa. Cada célula, en su aparente individualidad, participa en una sinfonía de intercambio continuo, formando una red que da lugar a la materia misma. Esto nos invita a explorar la fascinante cuestión de la existencia, desafiando las nociones convencionales de singularidad y unidad.

La teoría convencional de la existencia humana a menudo se enraíza en la idea de singularidad, donde cada individuo se considera único y las unidades de medida, como el uno, dan forma a nuestra comprensión del mundo. Sin embargo, al profundizar en la realidad celular, emergen patrones que desafían esta noción. Las células, en su interconexión constante, desafían la idea de singularidad al funcionar como componentes esenciales de una red más grande.

Las células, al agruparse y comunicarse, revelan una verdad más profunda: la interconexión de todas las cosas. En este juego constante de reunión, deformación y reformación, se desdibuja la línea entre lo que consideramos diferente. Todo se convierte en un movimiento cósmico de cambio constante, donde la unidad convencional se disuelve en la existencia misma.

En el ámbito social, los humanos han construido sistemas basados en la simplicidad de las matemáticas donde uno más uno igual a dos, pero esta lógica simplificada no captura la complejidad inherente a la realidad. La realidad, en su esencia, no se somete a la simple aritmética. Hemos adoptado la idea de singularidad como nuestra medida, pero, ¿y si no fuéramos la unidad de medida?

En la búsqueda de comprensión, hemos creado escalas y sistemas para hacer que la realidad sea comprensible. Sin embargo, esta adaptación revela una tendencia a olvidar la escala inescrutable que subyace en la realidad. ¿Qué sucede si desafiamos la noción de que los humanos son la unidad de medida y que las leyes matemáticas gobiernan todo?

Imagina una nave espacial viajando en la espuma cuántica del espacio exterior, acelerando infinitamente. En este viaje, la nave desaparece, y surge la pregunta: ¿qué prueba tenemos de su existencia? Aquí es donde el tiempo se revela como la única unidad de medida que da legitimidad a la existencia de la materia. Sin el tiempo, la realidad se desvanece en la oscuridad del no ser.

Esto nos invita a cuestionar las nociones convencionales de singularidad y unidad. La comunicación de las células, la complejidad de la realidad y la dependencia del tiempo como prueba de existencia nos llevan a explorar un panorama más amplio. En la vastedad del universo, la unidad convencional se convierte en un fragmento efímero de una realidad que abraza la diversidad y la interconexión en su danza eterna.

La cuestión de por qué el tiempo es una medida fundamental y una variable central en muchos cálculos físicos es una pregunta filosófica y científica profunda. La conexión entre el tiempo y la existencia de todas las cosas, así como su papel en las leyes fundamentales



de la física, ha sido objeto de reflexión a lo largo de la historia y ha dado lugar a diversas interpretaciones y teorías.

Desde una perspectiva teológica o filosófica, algunas personas argumentan que el tiempo podría considerarse una medida intrínseca de cambio y desarrollo en el universo. En muchas tradiciones religiosas, se sostiene que D-os es eterno y trasciende el tiempo, pero ha creado un universo que sigue una secuencia temporal. El tiempo se convierte así en una dimensión fundamental para medir y comprender el cambio, la evolución y la existencia misma.

Desde el punto de vista científico, la inclusión del tiempo como una dimensión fundamental en las ecuaciones físicas puede deberse a la observación empírica de que los eventos y fenómenos en el universo ocurren en secuencias temporales. Además, la teoría de la relatividad de Einstein demostró que el tiempo no es absoluto y puede variar según la velocidad y la gravedad. Esto destaca la interconexión profunda entre el tiempo, el espacio y la materia.

La elección de usar el tiempo como una medida fundamental en cálculos físicos puede deberse a la necesidad de describir cómo evolucionan los sistemas y cómo interactúan a lo largo del tiempo. Desde la mecánica clásica hasta la mecánica cuántica y la relatividad, el tiempo sigue siendo un componente esencial en nuestras teorías físicas más fundamentales.

La relación entre D-os, el tiempo y la existencia de todas las cosas es un tema complejo que involucra aspectos filosóficos, teológicos y científicos. La elección de utilizar el tiempo como una medida fundamental en cálculos físicos puede reflejar la naturaleza cambiante y dinámica del universo que observamos.

Imagina un universo sin tiempo, eso es altamente especulativo y desafía nuestra comprensión fundamental del cosmos. Sin embargo, al explorar esta hipótesis, podríamos considerar algunas implicaciones conceptuales y especulativas:

1. **Estático e Inmutable:** En un universo sin tiempo, no habría cambio ni movimiento. Todo sería estático e inmutable, sin eventos que sucedieran ni procesos que evolucionaran.
2. **Estructura Espacial Pura:** La única dimensión significativa sería el espacio. Sin el tiempo, la estructura del universo se reduciría a las relaciones espaciales entre los objetos y las entidades presentes.
3. **Condiciones Iniciales Permanentes:** Si no hay tiempo, no hay pasado, presente ni futuro. Las condiciones iniciales del universo serían permanentes y no cambiarían. No habría desarrollo ni historia.
4. **Ausencia de Causalidad:** La causalidad está intrínsecamente ligada al tiempo. En un universo sin tiempo, la noción de que un evento causa otro perdería su significado. No habría relación temporal entre las acciones y sus consecuencias.

5. **Colapso de Leyes Temporales de la Física:** Muchas leyes físicas incorporan la variable temporal. En un universo atemporal, estas leyes perderían su aplicabilidad. Las ecuaciones que describen cómo cambian las cosas a lo largo del tiempo no tendrían sentido.
6. **No Experiencia Temporal:** La experiencia humana y la percepción del tiempo serían inexistentes. No habría envejecimiento ni sensación de duración. La noción de pasado, presente y futuro no tendría relevancia.
7. **Concepción Radicalmente Diferente del Espacio:** Sin la sucesión temporal, la percepción y la concepción del espacio podrían ser completamente diferentes. Las relaciones espaciales podrían ser la única realidad significativa.
8. **Estructuras Estáticas de la Realidad:** Las estructuras y patrones que observamos en el universo, como galaxias, estrellas y planetas, serían fijas e inalterables. No habría evolución ni cambio en estas estructuras.

Desde una perspectiva teológica, algunas personas pueden interpretar que el tiempo es una parte fundamental del diseño divino del universo. Aquí hay algunas interpretaciones posibles:

1. **Orden y Secuencia:** Podría argumentarse que el tiempo proporciona un marco para el orden y la secuencia en el universo. El tiempo permite la sucesión de eventos, el desarrollo de la historia y la evolución de las cosas en un orden específico.
2. **Desarrollo y Cambio:** El tiempo puede ser visto como un medio a través del cual D-os permite el desarrollo, el cambio y el crecimiento en el universo. El tiempo da lugar a la historia, la evolución y la diversidad en la creación.
3. **Prueba y Libre Albedrío:** Algunas interpretaciones religiosas sugieren que el tiempo brinda a los seres la oportunidad de enfrentar desafíos, aprender lecciones y tomar decisiones en el transcurso de sus vidas. El tiempo podría ser visto como una prueba que permite el ejercicio del libre albedrío.
4. **Plan Divino:** Según algunas creencias, D-os tiene un plan divino para la creación que se desarrolla a lo largo del tiempo. El tiempo sería un elemento esencial para que ese plan se desarrolle de acuerdo con la voluntad divina.

La relación entre las matemáticas y la existencia de D-os es un tema filosófico y teológico que ha sido abordado por pensadores a lo largo de la historia. Aquí se presentan algunas perspectivas que exploran cómo las matemáticas podrían considerarse como una especie de evidencia o prueba de la existencia de D-os:

Algunos argumentan que la existencia de estructuras matemáticas profundas y elegantes en el universo sugiere un diseño inteligente. La belleza y la simplicidad de ciertos conceptos matemáticos podrían interpretarse como indicadores de un creador consciente.

La presencia de regularidades matemáticas en fenómenos naturales ha llevado a algunos a plantear la idea de que las matemáticas son la "lengua" en la que está escrita la realidad.

La consistencia matemática observada en leyes físicas y procesos naturales podría ser interpretada como un indicio de diseño.

La idea de que las matemáticas son una fuerza unificadora en el universo ha llevado a la especulación sobre si esta unidad matemática podría ser indicativa de una mente creadora que subyace a la realidad. La coherencia matemática en diversas disciplinas científicas podría interpretarse como una manifestación de un plan divino.

Algunos filósofos y teólogos han propuesto la idea de que las matemáticas son el lenguaje que D-os utiliza para expresar las leyes fundamentales del universo. Desde esta perspectiva, estudiar las matemáticas podría ser una forma de explorar la mente de D-os.

La naturaleza abstracta y aparentemente inexplicable de algunas ramas de las matemáticas ha llevado a la sugerencia de que estas ideas son trascendentes y van más allá de la comprensión humana. Algunos ven en esto la posibilidad de una mente divina que ha concebido estas verdades matemáticas.

Es importante señalar que estas perspectivas no constituyen pruebas científicas de la existencia de D-os, ya que la ciencia trabaja dentro de límites empíricos y observacionales. La interpretación de las matemáticas como evidencia de la existencia de D-os es más un tema de reflexión filosófica y teológica, y las opiniones sobre este asunto pueden variar ampliamente. La relación entre las matemáticas y la existencia de D-os sigue siendo un tema de debate y exploración en la filosofía y la teología.

Las matemáticas son un indicio de la existencia de D-os, te muestro el siguiente silogismo:

“1.-Si D-os no existe la aplicabilidad de las matemáticas es solo una feliz coincidencia.
2.- Pero la aplicabilidad de las matemáticas no es solo una feliz coincidencia.
3.- Entonces D-os si existe.” (Fe razonable, s.f.)

Pero el argumento 1 y 2 se contradicen por lo que pienso que lo correcto sería:

1. Si D-os no existe, la aplicabilidad de las matemáticas podría ser una feliz coincidencia.
2. Pero la aplicabilidad de las matemáticas es una característica fundamental y necesaria del universo.
3. Por lo tanto, la existencia de D-os no es necesaria para explicar la aplicabilidad de las matemáticas en el universo.

Lo anterior tampoco niega la existencia de D-os.

En mi opinión particular creo en D-os de una manera tan profunda y visceral, una conexión que va más allá de la razón, porque la Cábala ha sido mi guía en la exploración de lo



inexplicable. Cada reflexión que emana de estas enseñanzas es como un faro iluminando las preguntas sin respuestas que se alzan ante mí.

La maravilla de ver cómo las matemáticas encajan perfectamente con los fenómenos naturales y el vasto universo es simplemente irrazonablemente asombrosa. Es como si las ecuaciones fueran el lenguaje secreto que revela la majestuosidad oculta tras cada rincón del cosmos. La simplicidad y precisión con la que todo encaja me deja sin aliento, como si estuviera presenciando la sinfonía más grandiosa jamás compuesta.

Mi fe se afianza en la creencia de que alguien, en algún momento, creó las condiciones perfectas para que en este universo imponente exista algo tan increíble como la Tierra y nosotros, los seres humanos. Contemplar las maravillas y peligros que acechan en este vasto espacio, desde agujeros negros hasta soles y supernovas, me hace apreciar aún más la fragilidad de nuestra existencia. A pesar de las amenazas que podrían extinguir la vida, aquí estamos, testigos de la belleza y complejidad de la creación.

Este universo, tan asombroso y vasto, no parece producto del azar. Es como un inmenso rompecabezas, y cada una de sus piezas, esas "constantes fundamentales", debe estar exactamente en su lugar para que la vida y todo lo conocido sea posible. Cambiar el valor de una sola de estas piezas podría alterar todo el lienzo cósmico. Es una danza delicada entre fuerzas y elementos, y la probabilidad de que nuestro universo exista al azar es casi inimaginablemente baja.

Cada detalle, cada constante, es esencial para la existencia misma. Si alguna de esas piezas estuviera ligeramente fuera de lugar, el universo que conocemos podría ser radicalmente diferente, tal vez desprovisto de vida, estrellas o planetas. Este rompecabezas divino, meticulosamente creado, es la razón por la cual mi fe se arraiga aún más, porque detrás de cada misterio hay un diseño maestro que nos permite estar aquí, maravillándonos ante la grandiosidad de la creación.

Es un poco como si estuviéramos en una casa muy especial, y cada cosa en esa casa, desde la temperatura del horno hasta la cantidad de agua en el grifo, está ajustada de manera perfecta para que podamos vivir aquí. Si cambiaras una de esas cosas, como la temperatura, haría que vivir en esa casa sea imposible o muy difícil.

El concepto del "ajuste fino del universo" (Ajuste fino del universo, 2023) hace que nos maravillemos por la increíble precisión con la que el universo está configurado para que exista la vida. Es como si el universo estuviera diseñado específicamente para que nosotros y otras formas de vida podamos estar aquí y explorarlo. Es uno de los misterios más grandes y emocionantes de la cosmología y la física.

Otra posibilidad es la noción filosófica de la dependencia ontológica. En la filosofía, algunos pensadores sostienen que todos los objetos y seres en el universo dependen de algo más fundamental para su existencia. Esta idea se relaciona con la búsqueda de una

causa o principio último en la realidad. Una opción podría ser la planteada por Gel (s.f.) donde todos los objetos existentes son dependientes de otros en una realidad, si agrupamos todos los objetos, fuera del grupo debe haber solo uno (fundamento) que es independiente de los demás. Y los demás dependen de la existencia de este último objeto único para existir. Entonces la pregunta es ¿cómo es este último fundamento del que depende la realidad que conocemos? Con seres vivos, un universo repleto de belleza, esto se explica solamente si el fundamento es un ser al que hay que atribuirle inteligencia. (Gel, s.f.)

Otro argumento es Formulación silogística: "

1. *Todo lo que ha llegado a existir se ha hecho que llegue a existir.*
2. *Nada de lo que ha llegado a existir puede ser la causa de su propia existencia.*
3. *Todo lo que ha llegado a existir es causado por algo distinto a sí mismo. (sigue de 1,2)*
4. *Es imposible que una cadena de causas de este tipo continúe hasta el infinito.*
5. *Debe haber una causa primera, que hace que otras cosas lleguen a existir pero no llegaron a existir. (sigue de 3,4)"* (Vía de la causa eficiente, 2022)

La causa primera podría ser concebida como una entidad divina, un ser supremo o un D-os. En esta visión, esta causa primera sería inteligente y consciente. Sin embargo, también existen otras interpretaciones filosóficas en las que la causa primera se concibe como una fuerza impersonal o un principio abstracto, en lugar de un ser consciente. Es muy difícil ya que no se puede demostrar con nuestros conocimientos actuales.

Terry Pratchett estudio si la ciencia es capaz de comprobar la existencia de D-os explora cuestiones filosóficas y científicas relacionadas con la existencia de D-os y la posibilidad de que D-os siga o trascienda las leyes de la física. Menciona una pregunta formulada por Albert Einstein sobre si D-os, en caso de existir, está sujeto a las leyes que Él mismo creó. Aborda la cuestión de si D-os puede viajar más rápido que la luz y cómo la física cuántica podría ofrecer una perspectiva diferente sobre la relación entre D-os y las leyes de la física. Además, se menciona la teoría del multiverso como una explicación para las condiciones propicias para la vida en el universo. Concluye que la ciencia y la religión difieren en su enfoque, con la ciencia buscando evidencia y la religión requiriendo fe. Destaca que la percepción de D-os y de la física puede depender de la perspectiva de cada individuo (Grady, A ciência é capaz de comprovar a existência de Deus?, 2021). Como Tesla llego a pensar *"Lo que un hombre llama D-os, otro lo llama las leyes de la física"* (Juarez, 2020). También tenía la idea que "la conciencia es la base de todas las cosas y todas las cosas son producto de la conciencia" (Cultination, 2023) es decir que todo es producto de la conciencia es una perspectiva filosófica y metafísica que se ha explorado en diversas corrientes de pensamiento a lo largo de la historia. Esta perspectiva a menudo se asocia con el idealismo filosófico, que sostiene que la realidad fundamental es de naturaleza mental o consciente en lugar de material.



En el idealismo, se argumenta que todo lo que experimentamos, incluyendo el mundo material y los objetos físicos, es una manifestación o construcción de la conciencia. Según esta visión, la realidad física que percibimos es en última instancia una proyección de la mente o la conciencia.

El físico Michio Kaku piensa que D-os existe (univisión, 2018) *y también*: *"que es posible llegar a D-os a través de las matemáticas, aunque no se trate del que se imagina comúnmente. Cuando le preguntaron a Albert Einstein si creía en D-os, él respondió que primero debía definirse lo que se entendía por D-os. Kaku, por su parte, cree, no en un D-os como una figura a la que se reza, que otorga e interviene, sino como una que representa el orden, la armonía, la belleza, la simplicidad y la elegancia, tal como lo describió el filósofo Spinoza. Aunque el universo podría ser caótico y feo, en cambio es hermoso, simple y está gobernado por reglas matemáticas sencillas."* (La Razón, 2023).

La pregunta sobre la existencia de D-os siempre ha sido una búsqueda humana constante a lo largo de la historia debido a que muchas personas buscan un sentido de propósito y significado en sus vidas, se relaciona con la necesidad de comprender el origen del universo, el propósito de la existencia y el miedo a lo desconocido. Influye en la búsqueda de una conexión espiritual y trascendental.

Pero aunque podemos admirar su obra de la creación para la curiosidad del hombre es muy importante experimentar físicamente todo lo que ocurre en su entorno, para la Cábala es una cuestión de fe en D-os, porque D-os está con nosotros lo veamos o no, él nos puso aquí para ser felices y mejorar y alimentar el alma, llenar nuestra vasija de luz infinita, compartiendo y ganándonos bendiciones y una vida sana con nuestro esfuerzo, el no hará todo el trabajo por nosotros. Por ejemplo en "Romanos 1:20-21: 20Porque las cosas invisibles de él, su eterno poder y deidad, se hacen claramente visibles desde la creación del mundo, siendo entendidas por medio de las cosas hechas, de modo que no tienen excusa. 21 Pues habiendo conocido a D-os, no le glorificaron como a D-os, ni le dieron gracias, sino que se envanecieron en sus razonamientos, y su necio corazón fue entenebrecido". (biblegateway, s.f.) (Eggen, s.f.) Lo que destaca la idea de que la creación misma debería conducir a la comprensión y reconocimiento de D-os, y critica a aquellos que, a pesar de esta evidencia, no le dan la gloria y gratitud que se considera debida.

También en el Coran Yunus 61 se menciona: [Not ˹even˺ an atom's weight is hidden from your Lord on earth or in heaven; nor anything smaller or larger than that, but is ˹written˺ in a perfect Record.] "Ni siquiera el peso de un átomo está oculto a tu Señor en la tierra o en el cielo; ni nada menor ni mayor que eso, que no esté "escrito" en un Registro perfecto." (Quran.com, s.f.) (Eggen, s.f.) Este verso significa que D-os es testigo de cada acción que realizas, incluso si es algo pequeño como un átomo. Nada se oculta de D-os, y todo queda registrado perfectamente.

Todo lo anterior lo explico para que entendamos la Kabbalah (Cabala) y su perspectiva como una forma de ciencia espiritual. Es una forma de ciencia que busca comprender el mundo espiritual y proporciona un método específico para investigar lo que está oculto a



la percepción ordinaria. Se enfoca en recibir conocimiento elevado y percibir una verdad objetiva.

La humanidad siempre ha buscado respuestas a preguntas fundamentales sobre el propósito de la existencia, el sentido de la vida y la razón de la existencia del mundo. La Cábala se presenta como una vía para encontrar respuestas a estas preguntas.

La Cábala ofrece un camino para desarrollar un "sexto sentido" que permite percibir lo que está más allá de los cinco sentidos convencionales. Se argumenta que este desarrollo es esencial para alcanzar un estado superior de existencia y comprensión espiritual.

Los cabalistas son individuos que han desarrollado este "sexto sentido" y han transmitido sus conocimientos y experiencias en libros que describen su metodología y comprensión del mundo espiritual (La Ciencia de la Cabalá , s.f.).



Dáat

Dáat (Conocimiento), a veces conocida como la Sefirá oculta, es una emanación en la Cábala que se encuentra entre las Sefirot de Biná y Jojmá, formando un triángulo con estas dos. Aunque no se considera una Sefirá en sí misma, Dáat es un punto de síntesis y comprensión que surge de la unión de Biná y Jojmá.

Dáat, a veces llamada un espacio vacío, desempeña un papel crucial en la cosmología de la Cábala como punto de anclaje energético y símbolo de la unificación. Esta sefirá actúa como un canal de amplificación intelectual, resonando con la sabiduría y la comprensión provenientes de Jojmá y Biná, las sefirot de la Sabiduría y la Comprensión respectivamente.

Es el despertar de la mente que lleva a una persona a darse cuenta de su propia identidad y a cuestionarse a sí misma. (Freeman, s.f.) Es la percepción y el conocimiento que una persona tiene de sí misma como entidad separada e individual en el mundo.

[Dáat]: Caminos y Conexiones en el Árbol Sefirótico:

Dáat se sitúa en la columna central del Árbol de la Vida y se considera como el punto de unión entre Biná, Jojmá, Geburá y Jésed. No tiene caminos directos con las otras Sefirot, pero es un punto donde convergen las energías de estas cuatro Sefirot, creando un estado de conocimiento y comprensión profunda como se explica a continuación:

Cada conexión aporta cualidades distintivas y contribuciones a Dáat, creando una red de influencias y equilibrios en el Árbol de la Vida.

1. **Jojmá (Sabiduría):** La conexión con Jojmá aporta la chispa creativa y la visión, mientras que Dáat actúa como el espacio donde esta sabiduría se integra y se convierte en conocimiento consciente. La influencia de Jojmá en Dáat enriquece la comprensión con la creatividad y la intuición.
2. **Biná (Comprensión):** Biná, la sefirá de la Comprensión, conecta la sabiduría abstracta de Jojmá con la aplicación práctica en Dáat. Biná aporta la interpretación profunda y la capacidad de análisis, permitiendo que la sabiduría se traduzca en conocimiento comprensible. La influencia de Biná implica la profundización y la sistematización del conocimiento.
3. **Geburá (Severidad):** La conexión con Geburá implica una evaluación crítica y disciplina en Dáat, ayudando a filtrar y estructurar el conocimiento en Dáat. Implica la aplicación de límites y restricciones necesarios para un conocimiento equilibrado.
4. **Jésed (Misericordia):** La conexión con Jésed implica una expansión amorosa en Dáat. Jésed aporta la misericordia y la benevolencia, suavizando la rigidez intelectual de Dáat, lo que resulta en la aplicación del conocimiento con amor y compasión, creando un espacio más receptivo y abierto.

Resultados de las Conexiones:

- La conexión con Jojmá y Biná enriquece Dáat con sabiduría creativa y comprensión profunda.
- La conexión con Geburá estructura y disciplina el conocimiento en Dáat.
- La conexión con Jésed infunde Dáat con un enfoque amoroso y compasivo.

[Dáat]: ¿Qué es la sefirá Da'at? ¿Por qué es una sefirá a veces y otras no? ¿Por qué es el abismo entre el Triángulo Celestial y el alma Ruaj? ¿Cómo se cruza el abismo de Da'at?

La Sefirá **Da'at,** es una sefirá porque es la abertura en el Árbol de la Vida que conecta el Triángulo Celestial y el nivel del alma Ruaj (Conecta el alma con el espíritu), aunque a veces no se considera como una sefirá tradicional. Este punto en la Cábala a menudo se describe como un abismo o un espacio de transición entre los dos mundos.

Atravesar el abismo de **Da'at** en la Cábala implica una búsqueda profunda de conocimiento y sabiduría. Es como cruzar un umbral que requiere una comprensión y preparación interior para alcanzar una mayor conexión entre la mente y el espíritu.

Para cruzar debes ser un viajero valiente, cuyo corazón anhela descubrir los misterios del universo. En tu viaje por las enseñanzas de la Cábala, te encontraras en el umbral de un abismo, un lugar que es tanto visible como invisible.

Tan ansioso por comprender el cosmos, descubrirás que **Da'at** es una sefira en el Árbol de la Vida, un puente entre el mundo espiritual y el plano humano. Sin embargo, esta sefira es un misterio, ya que a veces se considera una sefira y a veces no. Se sitúa en el abismo entre el Triángulo Celestial, compuesto por Kéter, Jojmá y Biná, y el nivel del alma llamado Ruaj.

Da'at no es solo un espacio en el árbol, sino un concepto, un abismo de conocimiento que debe ser cruzado para alcanzar la sabiduría más profunda. Un lugar de transición, una puerta hacia la comprensión total del cosmos. Pero para cruzar este abismo, se requiere coraje y sabiduría.

Con el deseo de atravesar el abismo de **Da'at,** comenzaras tu travesía. En tu camino, enfrentaras desafíos internos y obstáculos externos, representativos de las luchas del conocimiento y la sabiduría. Descubrirás que para cruzar este abismo, deberás dejar atrás tu ego, tus dudas y tus miedos.

El abismo de **Da'at,** a veces llamado "el abismo del conocimiento", exige que el viajero dejara de lado todo lo que lo limitaba y se sumergiera en una verdad universal. Un viaje hacia la iluminación, donde el aprendizaje de las lecciones más profundas se entrelazan con la voluntad de entender la totalidad del cosmos.

Con cada paso hacia adelante, sentirás que tu mente se expande, tu espíritu se elevaba y tu corazón se llena de asombro. Descubrirás que el cruce del abismo de **Da'at** no era solo una travesía, sino un despertar espiritual.

Finalmente, después de recorrer un camino lleno de desafíos y aprendizajes, tu viajero emergerás del abismo de **Da'at,** transformado y enriquecido. Ganando sabiduría y comprensión, abrazando el conocimiento más allá de las palabras y el entendimiento más allá de las formas. Te convertirás en un guardián y aprendiz de la sabiduría, con la luz de la comprensión brillando en tu alma.

El abismo de **Da'at,** aquel lugar entre la percepción y la comprensión, fue una odisea emocionante y reveladora. Descubrirás una verdad más profunda y, al hacerlo, te conviertes en el protagonista y creador de tu propia historia, que iluminaría las mentes y corazones de todos aquellos que anhelen comprender el misterio del universo.

La Kabbalah, que también se puede escribir Cábala, se ha transmitido a lo largo de los siglos y se ha compartido con aquellos que buscan conocimiento y sabiduría espiritual. La razón detrás de compartir la Kabbalah con otros es proporcionarles herramientas y perspectivas para comprender la vida, la espiritualidad y la conexión con lo divino.

A menudo, la Kabbalah se considera un camino de autoconocimiento y transformación personal. Aquellos que la comparten pueden creer en la importancia de ayudar a otros a descubrir su camino espiritual y encontrar respuestas a preguntas profundas sobre la existencia y el propósito de la vida.

Sin embargo, es fundamental recordar que la Kabbalah es una enseñanza compleja y profunda, y no todos pueden comprenderla completamente sin una guía adecuada. Es importante estudiarla con respeto y humildad.

[Dáat]: ¿Contando como sefirá a Da'at, como es el concepto de Da'at superior e inferior?

En el vasto y místico universo de la Cábala, **Da'at,** el Conocimiento, revela una dualidad en su naturaleza que trasciende nuestra comprensión terrenal.

Imagina dos senderos, dos corrientes de conocimiento que convergen y divergen en el vasto tapiz de la existencia. La primera senda es el **Da'at** Inferior, un lugar donde se fusiona nuestra comprensión del mundo a través de la experiencia cotidiana. Este conocimiento es el que cultivamos en nuestra vida diaria, a través de la interacción con el mundo físico, la educación y la adquisición de saberes prácticos y convencionales.

Sin embargo, existe otro camino, una corriente más profunda que trasciende las limitaciones de lo mundano: el **Da'at** Superior. Aquí, el conocimiento alcanza una



dimensión más elevada, una esfera espiritual donde la intuición y la sabiduría divina se encuentran. Esta esfera no se limita a lo que aprendemos con nuestras mentes racionales; es una comprensión intuitiva que va más allá de lo convencional, conectándonos con una sabiduría espiritual y divina.

En el **Da'at** Superior, se forma un enlace entre las Sefiroth más altas, que están conectadas con la divinidad, la espiritualidad y la iluminación. Aquí, el conocimiento se desvanece y se convierte en consciencia, en una conexión directa con lo trascendental.

Por otro lado, el **Da'at** Inferior actúa como un mediador entre las Sefiroth orientadas a la acción y las más espirituales. Es un vínculo entre los aspectos más mundanos y las esferas más elevadas del conocimiento. Aquí, **Da'at** funciona como un puente entre la experiencia terrenal y la sabiduría espiritual.

- **Da'at Inferior (Conocimiento Inferior):** Es la conciencia que tiene relación con la experiencia y el entendimiento cotidiano. Este aspecto de **Da'at** se refiere al conocimiento convencional, adquirido a través de la educación, la vida diaria y la interacción con el mundo físico. Es el saber que se puede aprender, comprender y racionalizar mediante procesos cognitivos normales y se refiere a conocimientos prácticos.
- **Da'at Superior (Conocimiento Superior):** Este nivel de **Da'at** trasciende el saber convencional. Representa un conocimiento más elevado, un entendimiento espiritual y más profundo. Es una comprensión intuitiva, que va más allá de lo mundano y se conecta con la espiritualidad, la iluminación y la sabiduría divina. Este tipo de **Da'at** involucra percepciones, intuiciones y comprensiones que están más allá de la lógica y la experiencia terrenal

Así, en el mágico y complejo mundo de la Cábala, **Da'at** nos muestra que el conocimiento puede ser un puente, una conexión entre lo terrenal y lo divino, entre lo práctico y lo espiritual.

[Dáat]: Relación con la Creación:

Dáat representa el conocimiento íntimo y la síntesis de Biná (Entendimiento) y Jojmá (Sabiduría). Es el punto donde estas dos emanaciones se unen y dan lugar a una comprensión unificada y armoniosa. En este sentido, Dáat está vinculada a la creación como el conocimiento que surge de la integración de las polaridades.

El tema de las Sefirot es uno de los fundamentos principales de la Cábala, la tradición mística judía. Se considera que las Sefirot son emanaciones a través de las cuales el D-os Infinito, también conocido como Ein Sof, creó, sostiene e interactúa con nuestro mundo finito. En la cosmología cabalística, estas emanaciones se representan a menudo mediante el símbolo del Árbol de la Vida, o Etz Chaim en hebreo, un diagrama que consta de diez componentes, cada uno representando una de las Sefirot (morashá, 2023).



De las diez Sefirot, tres se consideran de naturaleza intelectual, mientras que las otras siete son emocionales. Las emanaciones intelectuales incluyen Jojmá (Sabiduría), Biná (Comprensión) y Dáat (Conocimiento). Además, se menciona un undécima Sefirá, Kéter (Corona), que ocupa la posición más elevada en el Árbol de la Vida y simboliza el vínculo más profundo con D-os. Sin embargo, si se incluye a Keter entre las diez Sefirot, entonces Dáat se omite, ya que la tradición cabalística establece que las Sefirot son diez, no once.

En total, las diez Sefirot se corresponden con las Diez Declaraciones Divinas mediante las cuales D-os creó el mundo, así como con los Diez Mandamientos, que constituyen el núcleo de los 613 preceptos de la Torá. Además, las siete Sefirot emocionales se correlacionan con los siete días de la semana, cada uno de los cuales está esencialmente caracterizado por una Sefira diferente. Este sistema proporciona una estructura metafísica compleja para entender la creación y la relación entre D-os y el universo, así como para guiar la práctica espiritual y ética en la vida diaria.
Cada una de las Sefirot emocionales tiene características y atributos específicos que influyen en la creación y en la vida humana, después de las sefirot intelectuales siguen las emocionales, las cuales se explican a continuación (morashá, 2023):

1. **Jésed (Amor):** Esta Sefirá se manifiesta a través de actos de amor, bondad y generosidad. Es una fuerza de expansión, caracterizada por el don espontáneo. Jésed se asocia con el primer día de la semana judía, el domingo, que simboliza la luz y la bondad de D-os en la creación.
2. **Geburá (Juicio):** Esta Sefirá representa la fuerza opuesta y equilibrante de Jésed. Se expresa a través de la disciplina, el juicio y la restricción. Mientras Jésed representa la bondad, Geburá representa la justicia. Se asocia con el segundo día de la semana judía, el lunes, reflejando la separación de las aguas en la creación.
3. **Tiféret (Belleza):** Tiféret actúa como una fuerza armonizadora, buscando un equilibrio entre Jésed y Geburá. Representa la compasión y la paz. Se relaciona con el tercer día de la semana judía, cuando D-os creó la vegetación y las plantas, mostrando la armonía en la creación.
4. **Netsaj (Victoria):** Esta Sefirá se traduce como "victoria" o "eternidad". Representa la perseverancia y la determinación necesarias para superar los desafíos. Asociado con el cuarto día de la semana judía, cuando D-os creó el sol, la luna y las estrellas, mostrando la durabilidad y la consistencia en la creación.
5. **Hod (Gloria):** Hod actúa como un contrapeso a Netsaj, representando la aceptación y la humildad. Se asocia con el quinto día de la semana judía, cuando D-os creó las aves y los peces, mostrando la diversidad y la belleza en la creación.
6. **Yesod (Fundación):** Esta Sefirá dirige la energía divina hacia maljut, la última Sefirá. Asociada con el sexto día de la semana judía, cuando D-os creó a los animales terrestres y a los seres humanos, Yesod representa la conexión entre lo espiritual y lo material.
7. **Maljut (Reino):** Maljut es la décima y última Sefirá, y representa el reino divino en la tierra. Aunque es pasiva, absorbe la energía de las otras Sefirot y la manifiesta en el mundo material. Es el séptimo día de la semana judía, el sábado, cuando se completa la creación y se descansa en la presencia divina.

Cada una de estas Sefirot juega un papel vital en la comprensión cabalística del universo y en la relación entre lo divino y lo humano.

Daat es considerada una Sefira oculta según la tradición cabalística debido a su naturaleza particular y su posición en el Árbol de las Sefirot. A diferencia de las otras Sefirot, que son manifestaciones directas de aspectos específicos del divino y su relación con el mundo, Daat es invisible y no se le menciona explícitamente en las fuentes tradicionales como una Sefira independiente.

Daat cuya naturaleza es más compleja y abstracta que las demás. Esta combinación lo convierte en una fuerza subyacente que actúa como un puente entre otras Sefirot, canalizando y sintetizando sus energías.

Daat está entre Tiféret y Kéther, refuerza su naturaleza oculta y su papel como intermediario entre lo divino y lo humano. Esta posición estratégica en el pilar central del equilibrio sugiere que Dáat sirve como un punto de conexión crucial entre las fuerzas celestiales y terrenales.

En resumen, Daat es considerada una Sefira oculta porque su presencia no es evidente como las otras Sefirot, sino que actúa de manera sutil y subyacente como un vínculo entre diferentes aspectos del cosmos y la experiencia humana (Le Mat, s.f., pág. 28).
Imagina una tela tejida en el éter del universo, un mapa secreto trazado por los misterios de la existencia misma. En el centro de esta tela, hay diez joyas deslumbrantes llamadas las Sephiroth, esferas de luz y conocimiento que iluminan el cosmos. Pero en el borde de esta tela, donde la luz comienza a titilar y la oscuridad comienza a establecerse, se encuentra un misterio aún más profundo: Daat, la undécima Sephira oculta, escondida en la frontera del mundo superior.

Sin embargo, la sombra nunca está lejos de los destellos de luz. En los márgenes de este gran mapa celestial, se esconden los Qliphoth, las Sephiroth "negativas", abismos cuya vista rara vez se otorga a los ojos mortales. Quizás la única indicación de su existencia resida en las serpientes del Caduceo (símbolo que consiste en un bastón alrededor del cual están enrolladas dos serpientes, a menudo enfrentadas entre sí, con alas extendidas en la parte superior, era el bastón llevado por Hermes, también representa la polaridad, como la vida y la muerte, el cielo y la tierra, o el bien y el mal), esas criaturas que se sumergen hacia la tierra con sus dos colas, simbolizando un peligro oculto y un poder devastador (LE CADUCÉE ET L'ARBRE DE VIE, s.f.).

Para los buscadores audaces, la tentación de explorar estos territorios prohibidos puede ser irresistible. Pero como los alpinistas que se aventuran en las cumbres más peligrosas, aquellos que se aventuran en los Qliphoth corren el riesgo de caer. El camino hacia la comprensión última puede estar lleno de obstáculos, y aquellos que no están suficientemente purificados pueden perderse en las tinieblas que buscaban iluminar.



La sabiduría antigua nos enseña que las Sephiroth están conectadas entre sí por veintidós senderos místicos, creando así una tela compleja de treinta y dos caminos hacia el conocimiento. Estos senderos de sabiduría nos guían a través de las profundidades de la existencia, permitiéndonos comprender los vínculos invisibles que unen todo.

En esta gran tela cósmica, existen tres planos inferiores, pertenecientes al dominio del "creado", donde la materia, la vitalidad y la mente toman forma. Pero por encima de estos planos, se encuentra el dominio creador, donde la realidad se teje a partir de la misma sustancia del alma. En medio de todo esto, hay un plano que actúa como un puente entre los mundos, conectando los planos inferiores con los superiores e integrándolos a todos. Este es el dominio reservado para el Hombre futuro, aquel que ha trascendido sus límites humanos para convertirse en uno con lo Divino, los demás y la naturaleza misma. Aquí es donde reside lo Supramental (un nivel superior de conciencia o de existencia que trasciende lo mental o lo intelectual), la esencia misma de la conciencia cósmica, esperando pacientemente que nos elevemos hacia ella.

[Dáat]: Aspectos Psicológicos:

Psicológicamente, Dáat se asocia con la capacidad de integrar el entendimiento y la sabiduría para alcanzar una comprensión más completa y equilibrada. Representa la síntesis mental y la unificación de diferentes perspectivas para obtener un conocimiento profundo.

Dáat se materializa cuando la idea deja de ser solo un concepto abstracto y se convierte en una realidad concreta en la mente de alguien. Es el momento en que la idea se ha arraigado lo suficiente para provocar la acción. Este proceso se compara con la relación entre dos personas que se conocen y desarrollan una conexión emocional e intelectual, pero aún no han concretizado esa relación. La consumación física de esta unión se llama Dáat.

"Dáat" está relacionada con la madurez de las personas, es porque se asocia con la conciencia, la sabiduría y la comprensión profunda de la vida, la moral y la espiritualidad. En la madurez, se espera que las personas hayan acumulado experiencias y aprendizajes que les permitan desarrollar un conocimiento más profundo y una comprensión más completa de sí mismos y del mundo que les rodea.

Tienen en general mayor responsabilidad moral, por ejemplo en la tradición judía, se considera que la madurez conlleva una mayor responsabilidad moral. A medida que las personas adquieren "Dáat" o conocimiento, se espera que tomen decisiones más éticas y que vivan de acuerdo con los principios y valores de su fe y su comunidad.

Se espera que las personas maduren espiritualmente y busquen una conexión más profunda con lo divino a medida que desarrollan su conocimiento y comprensión de la fe y la espiritualidad.



En el caso del judaísmo, hay mitzvot (mandamientos) que están específicamente asociados con la edad y la madurez. Cuando una persona alcanza un cierto nivel de conocimiento y comprensión (Dáat), se espera que cumpla estos mandamientos de manera más completa y consciente, son aproximadamente 613 mandamientos, y depende de cual comunidad pertenezca.

La madurez en varias culturas la madurez se asocia con la capacidad de contribuir de manera significativa a la comunidad y a la sociedad en general. A medida que las personas adquieren "Dáat", pueden desempeñar roles más activos y constructivos en la vida de la comunidad y trabajar para mejorar el mundo en función de los principios éticos y morales.

Elevar la conciencia es un proceso importante. Esto implica interpretar y decodificar las experiencias de manera más profunda y trascendente, llevándolas a un nivel superior de comprensión.

El Trabajo Interior es esencial para determinar en qué nivel de conciencia integraremos nuestras experiencias. Cada individuo tiene su propia limitación y capacidad, y el desafío es llevar la interpretación de las experiencias al nivel más profundo posible.

La integración de la experiencia es clave, pero también se enfatiza que esta experiencia debe aplicarse en la vida diaria. La Cábala se ve como un enfoque que abarca todas las facetas de la vida, donde la meditación y el estudio pueden coexistir y enriquecerse mutuamente.

Alcanzar nuestro máximo potencial implica un proceso que combina la experiencia, la conciencia, la interpretación profunda y la aplicación práctica en nuestra vida cotidiana. Cada individuo tiene su propio camino en este proceso, y el trabajo interior es fundamental para determinar cómo integramos nuestras experiencias en diferentes niveles de conciencia (Benhabib & Sabán, 2022).

Dáat se considera la "ciencia" o la "gnosis" de D-os en la Cábala. Es el equilibrio entre la sabiduría y la inteligencia, la intuición y la reflexión.
Representa la adquisición de una nueva riqueza de conocimiento que nos acerca a la verdadera fuente de sabiduría.
Dáat se relaciona con las propiedades de la memoria y la concentración en el nivel del alma, basándose en el reconocimiento y la sensibilidad a las ideas generadas por la conciencia.
Se considera que Dáat es la puerta hacia D-os, simbolizada por la letra "Daleth" que significa puerta en el alfabeto hebreo.
Dáat opera en dos niveles: uno superior que conecta la sabiduría y la comprensión y otro inferior que conecta la mente con las emociones.
Dáat es un concepto importante en la Cábala que representa el conocimiento y la conexión entre diferentes aspectos de la existencia humana y espiritual (FreeMann, Da'ath, 2020).



La conciencia de Dáat es importante porque representa el conocimiento espiritual y la conexión entre aspectos profundos de la mente y el alma, para quienes buscan un camino de desarrollo espiritual y autoconocimiento.

Hay que resaltar lo que Elie Lemmel afirma: "No se puede compartir una experiencia de la cábala, es el resultado de un proceso personal. La experiencia personal, existencial, no se puede transmitir, debe vivirse. No se puede dar testimonio de esa experiencia" (Gelly, 2010).

Se puede relatar la experiencia que uno tiene en Cábala a otras personas pero no quiere decir que le funcione de la misma forma a otras personas lo que a ti te funciono. En otras palabras la enseñanza de la cábala es válida se puede compartir, pero su práctica es personal no se puede compartir, es algo individual y experiencial. Compartir la enseñanza de la cábala puede ayudar a las personas a aprender acerca de sus tradiciones espirituales, el significado de los textos cabalísticos y cómo estos conceptos pueden aplicarse a la vida cotidiana.

Sin embargo, la práctica de la cábala es algo personal y profundo. Esto se debe a que involucra la aplicación práctica de los principios cabalísticos en la vida de uno, la meditación, la introspección y la búsqueda de la conexión espiritual. Estas experiencias son altamente individuales y personales, y no pueden ser completamente compartidas con otras personas de la misma manera que se comparte el conocimiento.

Además, la cábala requiere una profunda dedicación y un proceso de aprendizaje a lo largo de la vida. Por lo tanto, no se puede "compartir" en el sentido de que uno simplemente la transmite a otra persona para que la practique de la misma manera. En cambio, cada individuo debe emprender su propio viaje espiritual, su propio camino y práctica de la cábala de acuerdo con su propio ritmo y comprensión personal.

Por último la cábala, puede ofrecer ciertos principios y perspectivas que podrían ayudar a las personas:

- ✓ **Búsqueda de significado**: La Cábala puede ayudar a las personas a explorar preguntas profundas sobre el propósito de la vida y el significado de las experiencias personales. A través del estudio y la meditación cabalística, las personas pueden encontrar respuestas espirituales a sus inquietudes existenciales.
- ✓ **Conexión espiritual**: La Cábala fomenta la conexión con lo divino y la creencia en un orden superior. Esto puede proporcionar consuelo y fortaleza en tiempos de confusión y desesperación, al recordar que hay una fuerza superior que guía el universo.
- ✓ **Superación de la negatividad**: La Cábala enseña la importancia de mantener una actitud positiva y la responsabilidad personal en la creación de la realidad. Esto

puede ayudar a las personas a superar pensamientos negativos y encontrar esperanza incluso en situaciones difíciles.

- ✓ **Equilibrio y armonía:** La Cábala enfatiza la importancia del equilibrio y la armonía en la vida. Esto puede ayudar a las personas a lidiar con la intensidad de las emociones y encontrar una mayor estabilidad emocional.
- ✓ **Comprensión de la dualidad:** La Cábala reconoce la dualidad en la existencia, como la luz y la oscuridad. Esto puede ayudar a las personas a comprender y aceptar que los momentos de desesperación a menudo son seguidos por momentos de esperanza y crecimiento.

Ahora debo hacer mención de la reflexión que hace Gelly (2010) sobre que la forma efectiva de curar nuestras heridas emocionales es confrontar y abordar las tensiones emocionales que subyacen en nuestro interior. Esto implica aprender a identificar y comprender nuestros sentimientos sin permitir que controlen nuestras acciones y decisiones. Los cabalistas, mucho antes de que se realizaran avances médicos y psicológicos en esta área, se centraron en las enfermedades que surgían a partir de emociones reprimidas como la frustración, la ira y la depresión severa.

Además, las creencias y prácticas de los cabalistas han anticipado en varios siglos algunas ideas que más tarde fueron adoptadas por figuras influyentes en la psicología. Por ejemplo, se menciona que Freud se habría inspirado en las concepciones cabalísticas sobre los sueños, mientras que Jung habría tomado de allí sus teorías sobre la sincronicidad. Los cabalistas también enfatizaron la importancia del canto y la danza como herramientas poderosas para la curación, anticipándose así al campo contemporáneo de la musicoterapia. Sus descripciones de estados alterados de conciencia y la relevancia de la meditación sugieren un conocimiento avanzado sobre el funcionamiento del cerebro, incluso antes de que la ciencia moderna lo confirmara (Gelly, 2010).

Recuerda la Cábala es emocionante, es como un gran libro de enigmas que nos ayuda a entender mejor el universo y a nosotros mismos. Es como un tesoro escondido que solo las personas más aventureras pueden descubrir.

En la Cábala, aprendemos sobre cosas asombrosas como la energía, los números, y cómo todo está conectado. Es como un rompecabezas gigante que te hace pensar y explorar. ¿No te parece emocionante?

Tiene un sentido profundo y lleno de significado. Así que, si alguna vez sientes curiosidad por conocer más sobre el misterio del mundo y descubrir tus propios tesoros internos, ¡la Cábala podría ser una forma para explorar! ¡Te invito a esta aventura de conocimiento y descubrimiento! ¡Será divertido y emocionante!

[Dáat]: Conexión Espiritual:



Dáat está relacionada con la conexión espiritual a través de la síntesis de las fuerzas opuestas de Biná y Jojmá. Implica la comprensión de las verdades espirituales y la integración de estas en la experiencia personal.

Sin la energía de Dáat, todo podría inclinarse hacia el caos. Actúa como una fuerza estabilizadora que previene la disonancia intelectual. Dáat se convierte así en una energía poderosa con la que trabajar para asegurarse de que todos los aspectos de la vida permanezcan en armonía. Incita a reflexionar sobre los temas de la vida en los que se puede concentrar la energía de esta sefirá para invitar a más equilibrio y estabilidad en su conjunto.

El concepto de "Dáat" en la Cábala ofrece una perspectiva fascinante sobre la naturaleza del conocimiento y la conexión divina. Conocido como un conocimiento que surge directamente de D-os, Dáat no es simplemente una visión, sino un conocimiento profundo. Situado después de las tres sefirot superiores y actuando como un punto de cruce debajo de Kéter, Dáat representa un lugar especial donde el Rouakh Hakodech (idixa.net, s.f.), el aliento sagrado, planea como un velo.

Imagina que es como un lugar donde el aliento sagrado de D-os se extiende como un velo. En este espacio, se abre una conexión única entre lo divino y nuestro mundo. Dáat es un conocimiento profundo y especial que proviene directamente de D-os y actúa como un puente entre lo sagrado y lo terrenal.

Las Sefirot interactúan y se configuran como el cuerpo humano en un patrón llamado tzelem Elokim (la "imagen supernal de D-os"), estas esferas están conectadas por canales llamados tzinorot (tuberías o canales), permitiendo el flujo de energía divina (idixa.net, s.f.).

Las Sefirot superiores están asociadas con la cognición, emociones y fuerzas instintivas y pragmáticas. Dáat, la tercera y última potencia consciente del intelecto, representa la dimensión interna de Kéter en la conciencia y se ubica directamente debajo de Kéter en la estructura sefirótica.

En Dáat, las personas pueden alcanzar un alto nivel de conocimiento y conciencia, pero esto es difícil de lograr. Aquí, la fe se basa en el conocimiento sólido. Solo aquellos que han alcanzado un alto nivel espiritual pueden penetrar en Dáat y experimentar la verdad absoluta, liberándose de las formas y símbolos, adquieren otra perspectiva de lo que les rodea.

Se dice que Dáat es un lugar donde se experimenta una soledad espiritual intensa, ya que se desprenden todos los conceptos y se llega a una comprensión superior. Es como un punto de encuentro entre el conocimiento y la conciencia.

En esta dimensión de Dáat, los iniciados pueden experimentar la captación consciente, que se traduce en conocimiento y representa los misterios de la conciencia y la transformación.



Es un lugar de equilibrio y justicia en el cosmos, donde el karma es inflexible y no se tienen en cuenta las consecuencias. Puede ser peligroso para aquellos que no están preparados (Library, s.f.). En mi opinión la razón del por qué solo las personas maduras o adultas pueden comenzar a practicar en este nivel y porque no es apropiado para niños o adolescentes, es porque un adulto puede comprender y tener un dominio de sí mismo, una conciencia y espiritualidad muy alta y mucha inteligencia emocional, así como la capacidad de equilibrar todas las sefirot inferiores, estos aprendizajes son más avanzados para una persona inmadura. La sefirá Dáat no se puede desequilibrar de la misma manera en que se podría desequilibrar una energía física o psicológica, ya que Dáat es una sefirá especial que no tiene una expresión directa en el mundo material o en la psicología individual, pero esto genera una paradoja:

- Por un lado, se sugiere que Dáat no puede desequilibrarse de la misma manera que otras energías físicas o psicológicas, lo que implica que Dáat tiene una naturaleza especial o diferente.
- Sin embargo, se contradice al afirmar que Dáat no tiene una expresión directa en el mundo material o en la psicología individual. Si Dáat no tiene una expresión directa en estos aspectos, ¿cómo podría estar sujeto a desequilibrios similares?

La paradoja radica en la aparente contradicción entre la afirmación de que Dáat no puede desequilibrarse de cierta manera y la explicación de su naturaleza especial que debería excluirlo de tales desequilibrios.

La aparente paradoja en la declaración puede entenderse mejor al considerar que la naturaleza especial de Dáat se relaciona con su conexión con aspectos más elevados o divinos, mientras que la inmadurez de la persona se refiere a su capacidad para comprender y equilibrar esa conexión.

1. **Naturaleza especial de Dáat:** La declaración sugiere que Dáat es especial debido a su conexión con aspectos más elevados o divinos, lo que implica que su equilibrio puede depender de condiciones espirituales o metafísicas que no son comparables a las energías físicas o psicológicas comunes.
2. **Inmadurez de la persona:** Al introducir la inmadurez de una persona como la razón detrás de la incapacidad de Dáat para desequilibrarse de cierta manera, se está señalando que la persona puede no estar preparada o madura espiritualmente para comprender y manejar adecuadamente la conexión especial de Dáat.

Explicación posible: La paradoja se resuelve considerando que la inmadurez de la persona actúa como un obstáculo para sí misma para percibir y equilibrar la naturaleza especial de Dáat. Aunque Dáat puede tener una naturaleza intrínseca única, su expresión y equilibrio en la experiencia individual pueden estar condicionados por la madurez espiritual y la capacidad de comprensión de la persona.



En este sentido, la incapacidad de Dáat para desequilibrarse de cierta manera no se debe a una limitación inherente a la sefirá, sino a la falta de madurez espiritual de la persona, que afecta su capacidad para interactuar adecuadamente con aspectos más elevados de la existencia.

[Dáat]: Parte del Cuerpo Representada y su Conexión:

Dáat, "Conocimiento", que encuentra su asiento en el bulbo raquídeo. Este componente del cerebro central es responsable de transmitir impulsos a través del sistema nervioso. Dáat, en la tradición cabalística, se considera una fusión íntima de Jojmá y Biná, representando un conocimiento que va más allá de la mera acumulación de datos, siendo una integración activa y personal (tora.org.ar, s.f.).

El concepto de "Dáat" ofrece una perspectiva fascinante sobre la naturaleza del conocimiento y la conexión divina. Conocido como un conocimiento que surge directamente de D-os, Dáat no es simplemente una visión, sino un conocimiento profundo. Situado después de las tres sefirot superiores y actuando como un punto de cruce debajo de Kéter, Dáat representa un lugar especial donde emana el Rouakh Hakodech, el aliento sagrado.

Dáat es el lugar donde lo Absoluto puede intervenir directamente en la existencia, creando una pasarela entre lo divino y lo terrenal, Dáat también está asociado con la lengua.

Dáat es como un lugar especial donde lo Absoluto, que es D-os, puede entrar directamente en nuestra existencia. Imagina que es una especie de pasarela entre lo divino y lo terrenal. Este espacio ocupa una posición importante en el rostro y la garganta de Adam Kadmon, representando nuestros sentidos humanos y la comunicación directa con D-os. Dáat está relacionado con la lengua, como si fuera el lenguaje oculto en nuestra boca. Es un punto clave que conecta lo divino con nosotros y se asocia con la comunicación directa y los sentidos humanos (idixa.net, s.f.).

La importancia de la facultad de Dáat en la Cábala, específicamente se divide en dos partes: Dáat Elyon (superior) y Dáat Ta'hton (inferior). Dáat, cuyo significado etimológico es "unión" o "apego", cumple el papel de unificar las etapas de Jojmá (sabiduría) y Biná (comprensión) en el proceso de desarrollo espiritual (hassidout, 2019).

Dáat Elyon, que trasciende Jojmá y Biná, actúa como un puente que busca la unión entre la sabiduría y la comprensión. Su propósito es permitir que Jojmá se revele en Biná y tome una expresión concreta. Se destaca que esta unión no es un fin en sí mismo, sino que debe conducir a la aplicación práctica del conocimiento.

La idea de que poseer sabiduría y comprensión no garantiza necesariamente una aplicación concreta y ética de ese conocimiento. Como ejemplo: un ladrón que, a pesar de su conocimiento de la existencia de D-os, roba sin considerar las implicaciones éticas de

sus acciones. Se enfatiza la necesidad de sentir profundamente y penetrar en los aspectos emocionales de la sabiduría para ajustar el comportamiento de acuerdo con la comprensión ética.

Dáat Ta'hton, el aspecto inferior de Dáat, se describe como la conexión profunda entre el intelecto y la emoción. Esta facultad genera, forma y dirige la intensidad del sentimiento que surge de la unión de Jojmá y Biná. Se afirma que sin Biná, no hay Dáat, ya que Jojmá y Biná son naturalmente ocultas, y solo Dáat puede revelarlas.

En la terminología metafórica de la Cábala, Jojmá es comparada con el padre (Abba), Biná con la madre (Ima), y Dáat con el hijo (Ben). Dáat, como hijo, es el fruto maduro de la unión de Jojmá y Biná, y lleva consigo los Midot (atributos emocionales) de las Sefirot siguientes, las cuales son:

1. **Jésed:** Representa la cualidad de la generosidad, la bondad y la compasión.
2. **Geburá:** Representa la cualidad de la disciplina, el juicio y la restricción.
3. **Tiféret:** Representa la cualidad de la belleza, la armonía y la equidad.
4. **Netsaj:** Representa la cualidad de la perseverancia y la determinación.
5. **Hod:** Representa la cualidad de la humildad y la gratitud.
6. **Yesod:** Representa la cualidad de la conexión, la lealtad y la confiabilidad.
7. **Maljut:** Representa la cualidad de la autoridad y el liderazgo.

Cuando Dáat está en la raíz de los Midot, no puede considerarse como una Sefirá independiente y debe ser reemplazada por Kéter. Se establece una analogía entre las Sefirot y las fuerzas del alma, relacionando Kéter con la voluntad, Jojmá con el intelecto intuitivo, Biná con la comprensión, y los Midot como fruto de la unión.

Finalmente tiene sus limitaciones cuando se aplica a D-os, ya que Él no está sujeto a la dimensión del tiempo, y los procesos descritos son simultáneos en Su manifestación. La cronología en el proceso es entendida como cualitativa en lugar de temporal, y se destaca la unidad indisoluble entre la voluntad y la realización en la divinidad.

Daat no es técnicamente una Sefirá en el sentido tradicional, se le considera una "sefira oculta" porque no se cuenta entre las diez Sefirot principales, sino que actúa como un puente o un punto de conexión entre ellas.

A Dáat se le asocia con el tercer ojo, proviene de la interpretación esotérica y simbólica de la anatomía espiritual. El tercer ojo, según las tradiciones orientales y esotéricas, es un centro energético situado en el entrecejo que se cree que está relacionado con la intuición, la percepción espiritual y la clarividencia. Se le considera el centro de la visión interna y la sabiduría intuitiva.

En la tradición cabalística, Dáat se asocia con la integración del conocimiento y la sabiduría espiritual. Se dice que es el lugar donde la mente finita se encuentra con la conciencia

divina, donde la sabiduría humana se fusiona con la sabiduría cósmica. En este sentido, Dáat puede considerarse como el "tercer ojo" cabalístico, el centro de la percepción espiritual y la comprensión intuitiva de la verdad oculta.

La asociación de Dáat con el tercer ojo se basa en su papel como un punto focal de conocimiento espiritual y su función como puente entre la mente humana y la conciencia divina. Es el lugar donde la sabiduría interna se encuentra con la sabiduría cósmica, permitiendo una percepción más profunda de la realidad y la verdad espiritual.

En el mundo se ha hablado de este tercer ojo desde la antigüedad, en el vasto escenario de la religión hindú, donde las deidades danzan entre los destellos de las estrellas y los misterios se entrelazan en las telas del tiempo, emerge una historia que resplandece con la sabiduría antigua y la profundidad del conocimiento espiritual. Es la historia del tercer ojo de Shiva, un símbolo cargado de significado oculto que revela las verdades más profundas del universo.

Cuenta la leyenda que Shiva, el poderoso D-os destructor y transformador, abrió su tercer ojo en un acto de revelación divina. Esta historia se enlaza con el mito de Kamadeva, el D-os del amor y el deseo, quien lanzó una flecha al corazón de Shiva desde su escondite tras un árbol. En su deseo de amor, Kamadeva despertó en Shiva un fuego interior que pronto se manifestaría como el ardiente resplandor de su tercer ojo. Con una mirada penetrante, Shiva redujo a Kamadeva a cenizas, demostrando así el poder y la claridad que emana cuando el tercer ojo se abre.

Pero más allá de esta narrativa, hay un simbolismo profundo que yace como joya oculta en las palabras de esta antigua historia. El tercer ojo de Shiva no es simplemente un órgano físico, sino un portal hacia la percepción trascendental y la comprensión más allá de lo material. Es el ojo de la visión interior, capaz de ver lo que yace más allá de la forma física y penetrar en las profundidades del alma humana.

En la dimensión yoguica, esta historia adquiere un significado aún más profundo. Shiva, el yogui supremo ("uno que practica yoga". Sin embargo, en un sentido más amplio, un yogui no se limita simplemente a realizar posturas físicas (asanas) o técnicas de respiración (pranayama), sino que aspira a vivir de acuerdo con los principios y enseñanzas del yoga en todos los aspectos de su vida), no solo buscaba la completitud en el plano físico, sino que anhelaba la ilimitada expansión de la conciencia. Al abrir su tercer ojo, Shiva no solo quemó el deseo externo representado por Kamadeva, sino que también disipó las compulsiones internas y las limitaciones de la mente finita. En este acto de iluminación, Shiva alcanzó una comprensión más allá de lo mundano y experimentó la verdadera naturaleza de la existencia (mahashivratri, s.f.).

El tercer ojo nos recuerda que la verdadera visión no reside en los ojos físicos, sino en la percepción interior que trasciende las limitaciones del karma y la memoria pasada. Mientras que los ojos sensoriales están contaminados por la influencia del pasado, el



tercer ojo ofrece una visión clara y sin distorsiones de la realidad. Es el ojo de la claridad perfecta, que permanece inquebrantable ante las pruebas y tribulaciones del mundo externo.

En última instancia, abrir el tercer ojo no es simplemente adquirir conocimiento intelectual o acumular información. Es abrir una nueva visión del mundo, una percepción que trasciende las limitaciones del pensamiento racional y penetra en las profundidades del ser interior. Es un despertar espiritual que nos libera de las cadenas del pasado y nos guía hacia la luz de la verdadera comprensión.

Así como Shiva abrió su tercer ojo para revelar las verdades más profundas del universo, nosotros también podemos abrir el nuestro para alcanzar la claridad y la percepción espiritual. En el silencio de la meditación y la introspección, encontramos el camino hacia la iluminación y la comprensión última. Que el resplandor del tercer ojo ilumine nuestro camino hacia la verdad eterna y la realización espiritual.

[Dáat]: Conexión con la Mente:

Dáat está intrínsecamente conectada con la mente, ya que representa la convergencia y síntesis de la sabiduría y el entendimiento. Es el conocimiento profundo que surge cuando la mente es capaz de integrar y unificar diferentes aspectos del pensamiento.

La esencia de Dáat no es necesariamente una sefirá en sí misma, sino más bien un símbolo poderoso que representa la combinación y la unificación de todas las energías en un solo espacio. Se puede ver como un punto focal donde convergen las fuerzas intelectuales de las sefirot circundantes. Es un espacio de convergencia donde la sabiduría de Jojmá y la comprensión de Biná se fusionan para crear una armonía intelectual (de Guzman, s.f.).

Dáat actúa como un punto de anclaje energético, asegurando el equilibrio entre las energías de Jojmá y Biná. Funciona como una fuerza estabilizadora, asegurando que la potencia intelectual resultante permanezca en equilibrio. En esta dinámica, se preservan la armonía y la unidad, creando un equilibrio esencial para mantener el orden cósmico.

La sefirá Dáat en la Cábala es considerada "la sefirá oscura" o "la sefirá oculta" por varias razones importantes:

Dáat se encuentra en el punto de cruce entre el segundo triángulo superior y el resto del Árbol de la Vida, justo sobre el Abismo. El Abismo se considera una barrera o frontera entre la Divinidad y el mundo manifestado, y cruzar esta frontera implica un cambio significativo en la percepción y la conciencia. Dáat se encuentra en este lugar crucial, que simboliza la transición desde la dualidad hacia la unidad, es decir la dualidad se refiere a la percepción de que existen opuestos o polaridades en el mundo, como bien y mal, luz y oscuridad, o ego y divinidad. Esta percepción de dualidad puede llevar a una sensación de separación entre el individuo y la fuente espiritual.



Aunque la narrativa bíblica, Dáat se asocia con el conocimiento prohibido que Adan Kadmon obtuvo al comer el fruto del Árbol del Conocimiento en el Jardín del Edén. Este acto marcó el comienzo de la conciencia dualista, la pérdida del estado de unidad y la entrada en la dualidad de la experiencia humana que se refiere a la idea de que los seres humanos a menudo experimentan realidades o estados opuestos o contrastantes en sus vidas.

Cuando una persona domina el Dáat se considera un punto donde la dualidad se desvanece, y se alcanza un estado de conciencia más allá de las polaridades. Representa la unión de los aspectos masculinos y femeninos de Jojmá (Sabiduría) y Biná (Entendimiento), lo que simboliza la unión de la dualidad en una comprensión más profunda.

También se asocia a la narrativa bíblica con la obtención del conocimiento en Dáat. Al cruzar el Abismo y alcanzar Dáat, la humanidad entró en la dualidad y perdió su estado original de unidad con la Divinidad (Adan Kadmon, "Hombre Primordial" o "Hombre Arquetípico", modelo o patrón universal que se repite a lo largo de la historia, la cultura y la psique humana).

Pero Dáat puede a su vez puede revertir la dualidad ya que se considera un lugar de trascendencia, donde el individuo puede superar la ilusión de la dualidad y llegar a una comprensión más profunda de la Unidad Divina. Cruzar el Abismo y desarrollar Dáat, implica una transformación espiritual profunda (Cabala, 2012), se cambia es dualidad por la unidad.

La Unidad Divina en última instancia significa que todo proviene de una fuente única y divina. Esta fuente es el Ein Sof, que representa la infinitud y la unidad absoluta. Cuando la persona logra funcionar con Dáat comienza a tener una sensación de comprender que uno mismo es parte del todo, al igual que todas las demás personas y cosas que nos rodean, puede llevar a una experiencia de conexión y pertenencia. Llevándola a algunas posibles emociones y sentimientos que una persona podría experimentar en esta comprensión del Dáat variasen contexto de la Unidad, experiencias como:

- ✓ La Empatía: Al darse cuenta de que todos formamos parte de un mismo entorno y que compartimos experiencias humanas comunes, es posible que una persona sienta una mayor empatía hacia los demás. Esto puede llevar a una sensación de conexión emocional y solidaridad.

- ✓ Paz interior: La idea de ser parte de un todo más grande puede generar una sensación de tranquilidad y paz interior. La persona puede sentirse menos aislada y más en armonía con el mundo que la rodea.



- ✓ Humildad: Comprender que somos solo una parte de un vasto universo puede fomentar la humildad. La persona puede sentirse menos egocéntrica y más abierta a aprender de los demás y del entorno.

- ✓ Responsabilidad: Reconocer nuestra interconexión con todo puede llevar a una mayor responsabilidad hacia el bienestar de otros y del planeta. La persona puede sentirse motivada a tomar acciones que beneficien a la comunidad y al medio ambiente.

- ✓ Gratitud: La apreciación por ser parte de un todo más grande puede generar sentimientos de gratitud. La persona puede sentirse agradecida por las relaciones, las experiencias y las oportunidades que surgen de esta interconexión.

- ✓ Sensación de propósito: Al comprender que somos una parte importante de un sistema más amplio, algunas personas encuentran un sentido de propósito en contribuir al bienestar y al progreso de ese sistema, ya sea a través de relaciones personales, trabajo comunitario, mejorar su propio mundo (entorno) que lo rodea o esfuerzos para mejorar el mundo.

Es importante destacar que estas experiencias pueden variar ampliamente de una persona a otra y dependerán de su propia perspectiva, creencias y contexto de vida. La sensación de ser parte de un todo puede ser profundamente enriquecedora y transformadora para muchas personas, promoviendo una mayor conexión y un mayor sentido de significado en la vida.

La sefirá Dáat se presenta como la herramienta intelectual que transforma el conocimiento en acción.

Supongamos que un estudiante universitario que comparte una idea. En este ejemplo, la Jojmá sería la semilla de la idea, Biná sería el proceso de análisis y desarrollo de la idea, y Dáat sería el resultado concreto y robusto: la idea convertida en realidad. Dáat se presenta como el puente que conecta los conceptos abstractos con la realidad concreta.

Sin Dáat, una idea, por más profunda y desarrollada que esté, no puede ser implementada. Dáat actúa como el puente que cierra la brecha entre los conceptos y la realidad. Se menciona que la primera aparición de Dáat en la Torá está relacionada con la intimidad sexual, y se utiliza para describir la relación entre dos personas que se conocen profundamente intelectual y emocionalmente.

En el contexto de la relación con D-os, Dáat se utiliza para describir a aquellos que tienen un conocimiento elevado de D-os, donde la relación es tan real como si tuvieran un objeto material en la mano. También se aplica a la relación entre un profeta y lo divino.

Dáat es como el puente entre la idea abstracta y la realidad concreta, permitiendo que el conocimiento se convierta en acción (Leiberman C. , s.f.).

[Dáat]: Acciones para Equilibrar la Sefirá:

1. **Meditación Integradora:** Practicar meditaciones que fomenten la integración de conocimientos y la síntesis mental.
2. **Estudio Holístico:** Buscar comprender temas desde múltiples perspectivas para desarrollar una visión más completa.

[Dáat]: ¿Qué Ayuda a Equilibrar la Sefirá? ¿Qué la Desequilibra?

Ayuda a Equilibrar:

- **Apertura Mental:** Estar abierto a diferentes perspectivas y comprensiones.
- **Síntesis de Conocimientos:** Integrar diferentes áreas de conocimiento para obtener una comprensión más holística.

Ayuda a Desequilibrar:

- **Dualidad Extrema:** Mantener una mentalidad polarizada y rígida.
- **Falta de Integración:** No buscar la síntesis y la comprensión profunda puede desequilibrar Dáat.

[Dáat]: Acciones para Practicar Sefirá:

1. **Diálogo Interno:** Practicar la reflexión interna y el diálogo mental para integrar perspectivas.
2. **Estudio Comparativo:** Comparar y contrastar diferentes filosofías o enfoques para ampliar la comprensión.
3. **Meditación de Unificación:** Meditar en la conexión y síntesis de Biná y Jojmá para activar Dáat.
4. **Práctica de Empatía:** Desarrollar la empatía para comprender diversas perspectivas y experiencias.
5. **Búsqueda de Conocimiento Profundo:** Buscar conocimientos que vayan más allá de la superficie y que requieran integración y síntesis.

Aquí hay otos puntos que debes de tomar en cuenta:

1. **Dáat como la tercera facultad del intelecto**: Va más allá de la simple comprensión intelectual y abarca la capacidad de integrar y armonizar puntos de vista o estados que pueden parecer diametralmente opuestos.
2. **Daat como un doble papel**: Por un lado, actúa como una fuerza que une las fuerzas intelectuales de Jojmá (sabiduría) y Biná (comprensión). En este aspecto, se le llama Daat



Elyone (Dáat superior). Por otro lado, Dáat también sirve como una conexión entre los dominios opuestos del intelecto y los atributos emocionales. En este sentido, se le llama Dáat Ta'htone (Daat inferior).

3. **Importancia de Dáat en la vida emocional y práctica**: Dáat no se limita a ser simplemente una etapa de reflexión o comprensión intelectual. También desempeña un papel crucial en la conversión de la comprensión en una fuerza vivificante y motivadora de emociones y acciones. Se le atribuye el poder de inspirar y dar vida a nuestras emociones y acciones.
4. **El Zohar y la referencia a Daat como "la clave de las seis emociones"**: El Zohar, describe a Dáat como "la clave de las seis emociones". Esto enfatiza aún más la importancia de Dáat en la regulación y comprensión de nuestras emociones.
5. **El impacto del Daat en el comportamiento humano**: Finalmente, una persona que posee Dáat exhibirá un comportamiento maduro y racional. Por otro lado, aquellos que carecen de Dáat pueden ser emocionalmente inmaduros y propensos a conflictos emocionales internos.



Jésed

Jésed, la cuarta Sefirá en el sistema de la Cábala, se traduce comúnmente como "Misericordia" o "Amor Benevolente", representa cualidades de amor, generosidad, compasión y misericordia. Se asocia con la idea de dar incondicionalmente y compartir, así como con el cumplimiento de acuerdos y promesas. La generosidad hacia los demás y el autocuidado son aspectos clave de una vida plena. Aprender a dar y recibir amor de manera equilibrada es esencial para el bienestar emocional. Jésed es cuánto damos a los demás y también cuánto nos damos a nosotros mismos. Es aprender a dar y recibir de manera sana.

Jésed su propósito es llenar de bendiciones para aquellos que quieren vivir en paz, se relaciona con el concepto de armonía y equilibrio que es fundamental en la Cábala. Busca un entendimiento de cómo encontrar paz y armonía en el mundo material a través de la conexión con lo divino y la comprensión de la creación.

Sin embargo la imperfección humana existe la desarmonía y dualidad, Jésed está en constante lucha dentro de todas las personas equilibrando la dualidad de la existencia, con emociones y estados opuestos como lágrimas, ira, compasión, crueldad, paz, caos y fe. Esta dualidad refleja el desequilibrio de Jésed, donde la generosidad puede ser reemplazada por crueldad y donde la paz puede convertirse en caos. La mención de ángeles y demonios en las diferentes culturas a través de la historia sugiere una lucha constante entre aspectos opuestos de la humanidad.

Jésed nos da ánimo en momentos difíciles, para luchar contra la adversidad con perseverancia. Enfatiza la importancia de luchar contra los desafíos y no rendirse, sin importar cuantos tropiezos y batallas tengamos nos da esperanza. Esta lucha podría estar relacionada con la necesidad de recuperar el equilibrio de Jésed cuando se ha perdido. Las emociones de tristeza y confianza en los corazones de las personas proporcionan la voluntad de seguir adelante y enfrentar los desafíos.

Jésed nos deja comprender que la vida es un regalo, si entendiéramos como humanidad eso "nadie seria privado intencionalmente de su vida", lo que podría interpretarse como un llamado a valorar la vida y reconocer que, a pesar de los desequilibrios y la dualidad en la existencia, la vida es un regalo precioso que debe ser protegido y apreciado.

Un problema de tantos es la incomprensión y la falta de misericordia entre los seres humanos, un ejemplo, voy hacer una paráfrasis de Mario Saban (2021) que habla sobre las tres religiones principales abrahámicas (judaísmo, cristianismo e islam) consideran que son descendientes espirituales de Abraham.

Saban enfatiza la idea de que, simbólicamente, todas las personas pertenecen a una misma familia espiritual y son "hijos de Abraham". Hace hincapié en la unidad espiritual más allá de las divisiones religiosas.

Profetas y mesías: Jesús podría considerarse un rabino, un profeta o un mesías. Se argumenta que Jesús podría haber sido visto como un profeta judío, pero el concepto de "mesías" planteó desafíos teológicos debido a su implicación en una redención política.

Esto ha generado conflicto por siglos, haciéndonos olvidar la importancia de la unidad y la conciencia, existe la necesidad de superar las divisiones religiosas y trabajar hacia la unidad. Se insta a las personas a centrarse en valores compartidos y a buscar la unidad en lugar de la división.

Saban criticó la idea de que las divisiones religiosas a menudo generan conflictos y divisiones innecesarias, y se argumentó que, en última instancia, todos los seres humanos tienen deseos y necesidades similares de vivir en paz y felicidad. Señaló que la humanidad necesita elevar su nivel de conciencia y buscar la unidad para evitar la autodestrucción y el sufrimiento (Saban, 2021).

Más allá de las diferencias religiosas, la humanidad comparte una conexión espiritual y debe trabajar hacia la unidad y la comprensión mutua. Subrayó la importancia de superar las divisiones y colaborar para construir un mundo mejor (Saban M. , MARIO SABAN | ¿Qué es DIOS? ¿Quién es JESÚS? ¿Y el SER HUMANO? | Psicología y Espiritualidad 2021, 2021).

[Jésed]: Caminos y Conexiones en el Árbol Sefirótico:

Jésed fluye hacia la creación desde la fuente primordial y actúa como una fuerza expansiva y amorosa. A continuación las sefirot conectadas a Jésed:

1. **Jojmá (Sabiduría):** Aporta discernimiento y sabiduría. Jésed puede beneficiarse al aplicar una comprensión profunda y clara a sus acciones benevolentes. La sabiduría guía a Jésed para ofrecer ayuda de manera más informada y estratégica, comprendiendo las necesidades de manera más completa.
2. **Geburá (Poder, Severidad):** Equilibra la generosidad de Jésed con la moderación y la justicia. Jésed puede aprender a aplicar su compasión de manera disciplinada y justa, asegurándose de que sus acciones benevolentes no conduzcan a desequilibrios o abusos. La conexión con Geburá brinda fuerza y determinación en el servicio a los demás.
3. **Dáat (Conocimiento):** Implica un conocimiento profundo y espiritual. Jésed puede beneficiarse al comprender las necesidades emocionales y espirituales de los demás de manera más completa. Esto le permite brindar apoyo de manera más efectiva, considerando no solo las necesidades físicas, sino también las emocionales y espirituales.

4. **Tiféret (Belleza, Armonía):** Aporta armonía y equilibrio. Jésed puede expresarse de manera hermosa y armoniosa, creando un impacto positivo en aquellos a quienes ayuda. La conexión con Tiféret también impulsa a Jésed a buscar un equilibrio entre la generosidad desinteresada y la consideración de las consecuencias a largo plazo.
5. **Netsaj (Victoria, Eternidad):** Implica perseverancia y victoria. Jésed puede beneficiarse al continuar su obra benevolente con determinación y resistencia, superando obstáculos y desafíos. La conexión con Netsaj también impulsa a Jésed a buscar un impacto duradero y eterno en la vida de los demás.

Jésed es un recordatorio de que la verdadera riqueza y recompensa provienen de la conexión espiritual y la búsqueda de un propósito más elevado en lugar de acumular riqueza material. La idea de que el futuro está lleno de incertidumbre y que, en lugar de preocuparse por premios terrenales, es importante mantener la fe y la creencia en la dirección espiritual de la vida.

Hay que mencionar que Jésed (bondad) funciona junto con la sefirá Geburá (fuerza), ambas se consideran como las manos de D-os en su interacción trabajan en conjunto, a veces actuando en direcciones opuestas, lo que se asemeja a un fenómeno de "tira y afloja" en la relación de D-os con el mundo. Jésed representa la bondad y la generosidad de D-os, mientras que Geburá representa la fuerza y la severidad (La Ciencia de la Kabbalah, s.f.).

Aquí hay una explicación detallada de los puntos clave con los que Jésed tiene mucha conexión:

1. **Los tres pilares de la Kabbalah**: En lugar de limitarse a una simple representación vertical de lo divino ("en haut") y lo terrenal ("en bas"), el esquema de la Kabbalah se expande en tres columnas. Estas columnas representan los pilares fundamentales del universo y tienen significados simbólicos específicos.
2. **La columna de la misericordia (Jésed)**: Esta columna está asociada con la misericordia, la gracia y la compasión. Jésed representa la fuerza que une las cosas entre sí a través del perdón y la misericordia. Es la energía creativa y dinámica que impulsa la acción y la voluntad, a menudo asociada con lo masculino.
3. **La columna de la rigurosidad (Geburá)**: Esta columna se asocia con la rigurosidad, el juicio y la fuerza que desintegra. Geburá representa el principio de la ley, la separación y la rigurosidad que crean la distancia necesaria para la existencia individual. Es la fuerza que juzga y disciplina, a menudo asociada con lo femenino.
4. **La columna del equilibrio (Tiféret)**: Esta columna, ubicada en el centro del Árbol de la Vida, representa la armonía y el equilibrio entre la misericordia y la rigurosidad. Tiféret equilibra las fuerzas antagonistas de Jésed y Geburá, proporcionando estabilidad y armonía al conjunto de las Sefirot.



5. **La triada del mundo de la creación**: Jésed, Geburá y Tiféret forman la triada central del mundo de la creación. Esta triada representa el punto donde se encuentran y se equilibran las fuerzas ascendentes y descendentes de los mundos superiores e inferiores. Aquí se establece una relación dinámica entre ellos.
6. **Dialéctica ética sobre el bien y el mal**: Los tres pilares, con sus características de apertura y cierre, perfección e imperfección, ofrecen una reflexión ética sobre la naturaleza del bien y el mal. La interacción entre Jésed y Geburá, moderada por Tiféret, es fundamental en la comprensión de la ética cabalística.

[Jésed]: Relación con la Creación:

Jésed está íntimamente vinculada con la creación a través de su expresión benevolente. Representa la manifestación de la bondad divina en la realidad, proporcionando un flujo continuo de energía positiva que sustenta y nutre la existencia.

En la Cábala, el proceso de creación es visto como una manifestación de las emanaciones divinas representadas de manera simbólica y de cierto modo algorítmico a través del Árbol de la Vida, y se busca una comprensión más profunda de cómo el mundo se formó y cuál es el propósito de la humanidad en él.

En el vasto lienzo del cosmos, imagina a D-os como el "Diseñador Cósmico", el maestro artista que teje la maravilla de la existencia con pinceles de luz y partículas de estrellas. Desde los rincones más remotos del universo hasta los detalles más íntimos de cada ser, la mano de este divino diseñador se despliega con asombrosa creatividad.

En su paleta de colores, las galaxias giran como órbitas de acuarelas cósmicas, mientras que las estrellas destellan como puntos de luz estratégicamente colocados. Los planetas danzan en armonía, coreografiados por la sabiduría de un coreógrafo celestial. Cada detalle, desde la complejidad de las moléculas hasta la majestuosidad de las nebulosas, es meticulosamente pensado, como si cada átomo fuera una nota en una sinfonía divina.

Las leyes físicas son las líneas guía en este lienzo celestial, trazadas con precisión matemática, revelando un diseño tan intrincado que incluso la mente más aguda se maravilla ante su complejidad. El diseñador cósmico utiliza la dualidad de Jojmá y Biná, la sabiduría y el entendimiento, para esculpir las formas y dar vida a la arquitectura celestial.

En el tapiz de la existencia, la benevolencia de Jésed se manifiesta como una corriente de amor que fluye a través de cada rincón del universo. Las formas de Geburá aportan equilibrio y disciplina, como líneas que definen la estructura y el orden en medio del caos cósmico. La armonía de Tiféret se revela en la fusión perfecta de colores y formas, creando una estética que deja sin aliento.



Este Diseñador Cósmico, en su eterna sabiduría, conoce cada rincón del espacio-tiempo. En su visión, la unidad de Netsaj y Hod se entrelazan, creando un flujo continuo de energía que impulsa el ciclo de la creación. La conexión profunda con Dáat revela el conocimiento íntimo de cada partícula y cada pensamiento, como si el diseñador conociera cada rincón de su propia creación.

En la paleta infinita de este artista divino, la belleza trasciende lo visual y se convierte en una experiencia espiritual. Cada rincón del cosmos es una obra maestra, cada vida es una obra de arte única. En la sinfonía de este Diseñador Cósmico, la creación es una danza eterna, y nosotros somos los afortunados observadores de este espectáculo asombroso.

El físico teórico Michio Kaku es un autor que me gusta su trabajo, porque al explorar la elegante simplicidad de las leyes fundamentales del universo, plantea la idea de que esta simplicidad podría sugerir la existencia de un "diseñador cósmico", que algunos interpretarían como D-os. Esta noción de un "diseñador cósmico" está relacionada con la idea de un orden superior o una fuerza universal que impulsa el funcionamiento del universo. Esta fuerza podría asociarse con el concepto de "amor divino" en el sentido de que es una fuerza que conecta todo en el universo y opera más allá de consideraciones egoístas.

Desde una perspectiva científica: **Michio Kaku** (2021) en su visión general sobre la naturaleza del universo, la simplicidad y belleza de sus leyes fundamentales, y cómo la ciencia, en particular la física, busca comprenderlo. Menciona la sorprendente simplicidad de las leyes físicas y cómo estas pueden resumirse en teorías matemáticas.

Kaku expresa su fascinación por la idea de que el universo parece estar diseñado de manera elegante y argumenta que esta simplicidad podría sugerir la existencia de un "diseñador cósmico", que algunos interpretarían como D-os.

Sin embargo, Kaku también aborda la limitación de la ciencia al tratar cuestiones que no son verificables, como la existencia de D-os o el propósito del universo. Señala que hay aspectos que están más allá del alcance de la ciencia y se refiere al concepto de agnosticismo "postura que considera que la veracidad de ciertas afirmaciones —especialmente las referidas a la existencia o inexistencia de D-os, además de otras afirmaciones religiosas y metafísicas— es desconocida o inherentemente incognoscible" (Agnosticismo, 2023).

Kaku discute la teoría del todo en física, que busca una única ecuación que describa todo el universo conocido. Argumenta que esta ecuación es única debido a su coherencia matemática, lo que sugiere que no hay muchas teorías igualmente válidas. Esto podría proporcionar una respuesta al "primer motor" de santo Tomás de Aquino, es decir, la pregunta sobre el origen del universo, "concepto metafísico descrito por Aristóteles como la primera causa de todo el movimiento en el universo, y que por lo tanto no es movido por nada. Aristóteles habla en el VIII libro de la Física de un ser inmaterial que es el



principio físico del mundo, y en la Metafísica, se refirió a él como a D-os." (Primer motor inmóvil, 2023)

Kaku también menciona la idea de que el universo provino de una fluctuación cuántica en la "nada" y cómo esta idea podría abordar la pregunta de por qué hay algo en lugar de nada. Luego, plantea la posibilidad de que la teoría del multiverso permita combinar visiones religiosas divergentes, como la creación cristiana y el nirvana budista, en una teoría compatible con las leyes físicas conocidas.

Explora cuestiones relacionadas con la simplicidad y belleza del universo, la limitación de la ciencia en cuestiones religiosas y filosóficas, y cómo la teoría del todo y el multiverso pueden influir en nuestra comprensión del universo y su propósito (Kaku, 2021, págs. 134-139).

[Jésed]: Aspectos Psicológicos:

Psicológicamente, Jésed se asocia con la actitud positiva, la generosidad y la disposición a dar sin esperar nada a cambio. Indica una naturaleza amorosa y compasiva que busca el bienestar de los demás y la expansión de la conciencia.

"La traducción literal de Cábala significa "recibir". Los cabalistas enseñan que todo ser humano fue creado para recibir alegría y plenitud absolutas. La Cábala enseña al individuo y al mundo en su totalidad cómo podemos mejorar nuestra vida. … es difundir esta sabiduría lo más posible para mejorar no solo nuestras vidas individuales, sino también las colectivas y el mundo en general" (¿Qué es la Kabbalah?, 2022) incluyendo tanto las cualidades asociadas con la fortaleza y la valentía como las relacionadas con la misericordia, el amor y la bondad. En la perspectiva de la Cábala, encontrar este equilibrio y la armonía entre estas cualidades espirituales es esencial para vivir una vida significativa y en sintonía con lo divino. Cuando Jésed, no está equilibrado, las personas pueden caer en extremos de dar sin límites, lo que puede llevar al agotamiento físico y emocional.

En un sentido más amplio, si en la vida de las personas y en la sociedad en general falta equilibrio en Jésed, esto podría manifestarse como un exceso de conflicto y lucha. Cuando las personas no encuentran un equilibrio en su capacidad para dar y ayudar a los demás, pueden caer en situaciones de conflicto y desequilibrio, ya que pueden estar agotando sus propias energías y recursos sin considerar las necesidades de otros.

Por lo tanto, la falta de equilibrio en Jésed puede estar relacionada con situaciones de guerra y conflicto, ya que refleja un desequilibrio en la comprensión y la aplicación de la bondad y la generosidad en la vida de las personas. La Cábala busca precisamente ese equilibrio para alcanzar la armonía y la paz, lo que puede ayudar a prevenir conflictos y guerras.

El amor ¿es un objeto científico?

Astrid Aaron, en su canal hace una exposición sobre el amor, y el filósofo Francis Wolff. Discuten el amor desde una perspectiva científica y cómo se puede estudiar a través de métodos de imagen cerebral. También mencionan que el amor es un tema que ha sido abordado desde la antigüedad, tanto por filósofos como por artistas.

Se hace hincapié en que el amor no tiene una ubicación específica en el cerebro, ya que involucra múltiples estructuras cerebrales y es un fenómeno complejo. La exposición explora las diversas facetas del amor, incluyendo su relación con las hormonas y neurotransmisores.

Además, se destaca que el amor no puede ser reducido a una definición única, ya que existen muchas formas de amar y diferentes matices en el sentimiento amoroso. Se menciona una definición que lo describe como una fusión inestable y dinámica entre tres componentes heterogéneos: amistad, deseo y pasión.

Se menciona que el amor se ha convertido en un tema de estudio científico más recientemente, gracias a las herramientas de la neurociencia y las ciencias afectivas que permiten analizarlo desde una perspectiva científica. La exposición mencionada aborda esta cuestión y explora cómo el amor puede ser investigado y comprendido desde una variedad de disciplinas científicas y artísticas.

Interdisciplinariedad en las Ciencias Afectivas: Se destaca que la exposición busca abordar el tema del amor desde una perspectiva interdisciplinaria, involucrando artistas, filósofos, sociólogos, historiadores y neurocientíficos. Se menciona la creciente importancia de las ciencias afectivas en la comprensión del amor.

Complejidad del Amor: Se plantea la idea de que el amor es un sentimiento complejo que no se puede reducir a una sola molécula o neurotransmisor. La exposición demuestra que el amor involucra una variedad de hormonas y procesos en el cerebro y el cuerpo. Por ejemplo:

El tema del amor y sus implicaciones cerebrales y hormonales. Cuando una persona se enamora, su cerebro experimenta una serie de cambios químicos y eléctricos que afectan su fisiología. Se enfatiza que la pasión amorosa activa el circuito de recompensa en el cerebro, que también está involucrado en otras fuentes de placer, como comer y beber. En las etapas iniciales del amor, el cerebro puede "cegarse" ante los defectos de la persona amada y que esto se debe a la influencia de las sustancias químicas, como la dopamina, la serotonina y las endorfinas (Brut, 2020).

Se destaca la importancia de la oxitocina en las relaciones a largo plazo y cómo mantener viva la "llama" del amor a través de pequeños gestos y sorpresas. Aunque se dice que el amor dura tres años, su duración puede variar según cómo se mantenga y nutra la relación a lo largo del tiempo. Además, el amor es un tema complejo que va más allá de la biología y la neuroquímica y abarca aspectos psicológicos y emocionales (Brut, 2020).

El amor, ese fenómeno tan complejo y omnipresente en la experiencia humana, ha desconcertado a filósofos, científicos y artistas a lo largo de los siglos. El filósofo Francis Wolff (Brut, 2020) dice que no existe una definición única para el amor, planteando que es una fusión inestable y dinámica de amistad, deseo y pasión. Este concepto desafía la noción tradicional de una definición rígida, invitándonos a explorar la riqueza y diversidad que el amor tiene para ofrecer.

Wolff sostiene que el amor, lejos de ser estático, es una entidad en constante cambio, influenciada por la amistad, el deseo y la pasión. Esta fusión inestable sugiere que el amor es un terreno fértil para la multiplicidad de experiencias y expresiones que pueden evolucionar con el tiempo. La diversidad de formas de amar, desde el romántico hasta el maternal, se convierte en un testimonio de la riqueza intrínseca de este sentimiento universal.

Ilustra la importancia del cerebro en el amor, destacando que diferentes partes del cerebro están activas durante experiencias amorosas, como se evidencia en imágenes cerebrales. Los sistemas de recompensa en el cerebro entran en juego, subrayando la conexión íntima entre el amor y la bioquímica cerebral. Esta perspectiva científica agrega otra capa de complejidad al entendimiento del amor, mostrándolo como un fenómeno arraigado en nuestra biología y psicología.

Si hacemos una incursión en la cultura y la literatura, arrojará luz sobre cómo el amor ha sido representado y cuestionado a lo largo de la historia. La cultura moldea y refleja nuestras percepciones del amor, y estas representaciones artísticas sirven como espejos de las complejidades emocionales y sociales asociadas con este sentimiento. Sin embargo, la exposición también resalta los límites y complicaciones del amor en la cultura, reconociendo que, a veces, puede ser un tema complejo y triste, sujeto a las convenciones sociales y reglas impuestas.

La universalidad del amor es un tema de atención que trasciende las culturas y generaciones. Es un aspecto esencial de la experiencia humana, tejido en la trama de nuestras vidas de maneras diversas. La evolución del concepto de amor a lo largo de la historia, especialmente en el contexto de la industrialización y los cambios tecnológicos, muestra cómo este sentimiento ha sido influenciado por el entorno en constante cambio.

El surgimiento de relaciones en línea, mencionado en la exposición, agrega una dimensión contemporánea al panorama del amor. Las aplicaciones y sitios de citas han alterado la forma en que las personas se conectan y buscan relaciones, cuestionando las nociones tradicionales de encuentros románticos. Este cambio refuerza la idea de que el amor no solo evoluciona cultural y socialmente, sino también en la forma en que nos relacionamos en la era digital.

La reciprocidad en el amor emerge como un principio esencial para establecer relaciones significativas. La ética de la racionalidad y la igualdad, según la exposición, plantea la

necesidad de repensar nuestras percepciones del amor en términos de igualdad y reciprocidad, desafiando las identidades culturales y las relaciones de poder.

La exposición resalta la necesidad de apego desde la infancia, subrayando que esta conexión emocional afecta nuestras relaciones en la edad adulta. El papel del diálogo y la comunicación se presenta como elementos clave en las relaciones humanas y en la ética de la reciprocidad, subrayando la importancia de la conexión emocional y el entendimiento mutuo.

El amor explorando sus múltiples facetas a través de la filosofía, la ciencia, la cultura y la literatura, nos muestra la falta de una definición única la cual se presenta no como una limitación, sino como una invitación a sumergirse en un viaje inexplorado a través de la diversidad y la evolución del amor en todas sus formas.

La conexión entre Jésed, el amor, y la noción de recibir y compartir se manifiesta de manera significativa tanto en la perspectiva de la Cábala como en la exploración científica del amor. Ambas visiones convergen en la importancia de equilibrar la generosidad y la recepción para vivir una vida plena y en armonía.

Desde la perspectiva de la Cábala, Jésed se asocia con la actitud positiva, la generosidad y la disposición a dar sin esperar nada a cambio. Es la expresión de un amor compasivo que busca el bienestar de los demás y la expansión de la conciencia. Sin embargo, la Cábala advierte sobre la necesidad de equilibrar Jésed, ya que un desequilibrio puede llevar al agotamiento físico y emocional al dar sin límites.

En el contexto de la Cábala, "recibir" no se limita a una mera toma de cosas materiales, sino que implica recibir alegría y plenitud absolutas. Este aspecto de recibir no es egoísta, sino que se relaciona con permitir que la vida fluya y se experimente en su máxima expresión. La Cábala enseña que al mejorar nuestras vidas individuales, también contribuimos a mejorar la colectividad y el mundo en general.

La falta de equilibrio en Jésed, según la Cábala, podría manifestarse como un exceso de conflicto y lucha. Cuando las personas no encuentran un equilibrio en su capacidad para dar y ayudar a los demás, pueden caer en situaciones de desequilibrio, agotando sus propias energías sin considerar las necesidades de los demás. La Cábala busca precisamente ese equilibrio para alcanzar la armonía y la paz, contribuyendo así a prevenir conflictos y guerras.

La exploración científica del amor, como se presenta en la exposición de Astrid Aaron, complementa esta perspectiva. El amor se convierte en un fenómeno complejo que involucra diversas estructuras cerebrales y procesos hormonales. La exposición destaca que el amor no puede reducirse a una única definición, ya que existen muchas formas de amar y diferentes matices en el sentimiento amoroso. Fuentes: (BFI, 2022) (Aron, 2019).



La reciprocidad en el amor se considera esencial para establecer relaciones significativas. Esta reciprocidad se alinea con la noción de compartir y recibir en la Cábala. La importancia de la igualdad, la ética de la racionalidad y la necesidad de diálogo y comunicación en las relaciones humanas también resuenan con la idea de equilibrar Jésed para evitar desequilibrios y conflictos.

Tanto desde la perspectiva espiritual de la Cábala como desde el enfoque científico del amor, se destaca la importancia de encontrar un equilibrio entre dar y recibir. Jésed, como expresión de amor y generosidad, se potencia cuando se equilibra con la capacidad de recibir y compartir de manera saludable. Esta conexión profunda entre el amor, la generosidad y el equilibrio resalta la universalidad de estos principios en la experiencia humana.

Jésed también resalta la complejidad de las emociones humanas al señalar que el amor es un sentimiento complejo que no se puede reducir a una sola explicación o elemento. El Amor en el Mundo es una fuerza fundamental en la vida y sugiere que la gente tiende a centrarse en el amor romántico y los mitos que lo rodean. Esto incluye conceptos populares como la "media naranja" o la búsqueda de la pareja ideal.

No Existe una Definición Única del Amor, Jésed coincide en que no hay una definición única del amor, ya que puede manifestarse de diferentes maneras y evolucionar con el tiempo. La Cábala hebrea contempla diversos tipos de amor, que van más allá del amor romántico. Esto incluye el amor incondicional de una madre, el amor relacionado con la sexualidad y otros tipos de amor. Algunos tipos de amor son:

1. **Amor Romántico**: Se caracteriza por la atracción física y emocional intensa entre dos personas, con una conexión emocional profunda y un deseo de intimidad y compromiso.
2. **Amor Filial**: Es el amor entre padres e hijos, basado en el cuidado, la protección y el afecto incondicional.
3. **Amor Fraternal**: Se refiere al amor entre hermanos, marcado por la lealtad, el apoyo mutuo y la conexión emocional duradera.
4. **Amor Amistoso**: Surge entre amigos, basado en la confianza, la camaradería y el disfrute mutuo de la compañía.
5. **Amor Platónico**: Es una forma de amor idealizado y no físico, basado en la admiración, la conexión intelectual y espiritual, y el respeto mutuo.
6. **Amor Propio**: Es el amor hacia uno mismo, que implica aceptación, autocuidado, autoestima y respeto personal.
7. **Amor Altruista**: Se caracteriza por el deseo de beneficiar a los demás sin esperar nada a cambio, basado en la compasión y la empatía.
8. **Amor Incondicional**: Es un amor que no está condicionado por circunstancias externas, juicios o expectativas, sino que es absoluto y completo en su expresión.

[Jésed]: Conexión Espiritual:

Jésed tiene una conexión espiritual profunda, representando el aspecto divino que se manifiesta como amor y misericordia en la experiencia humana. La práctica de Jésed en el plano espiritual implica la apertura del corazón hacia la conexión con lo sagrado y la expresión amorosa hacia todos los seres.

En términos más espirituales, Jésed se relaciona con el acto gratuito y espontáneo de bondad y amor. Es la disposición de dar sin esperar nada a cambio, una expresión de amor divino y compasión incondicional hacia los demás. La comprensión de Jésed en la Cábala implica la idea de que D-os otorga su misericordia y bondad de manera abundante y generosa, sin restricciones ni límites.
Jésed refleja un mensaje divino relacionado con la creencia en un principio original de armonía y unidad en la creación, pero que luego se deterioró debido a la codicia, el egoísmo y la creación de enemistades, lo que se opone al deseo de D-os. En el contexto de la Cábala, se puede interpretar como una expresión de cómo la humanidad, en su estado original, estaba destinada a vivir en armonía y unidad, pero la elección del egoísmo y la codicia llevó a la creación de conflictos y separación.

La Cábala busca comprender la relación entre D-os, el mundo y el ser humano. A menudo, se enfoca en la restauración de la unidad y la armonía entre los seres humanos y D-os, y entre los propios seres humanos. En este contexto, Jésed podría reflejar la idea de que, en un principio, los seres humanos fueron creados para vivir en unidad y armonía con la voluntad de D-os, pero su comportamiento egoísta y codicioso los llevó a crear enemistades y conflictos en lugar de prosperidad y unidad.

Jésed tiene un sentido de unidad, armonía y el impacto de las acciones humanas en la relación con lo divino, que son conceptos que a menudo se discuten en la filosofía cabalística.

Jésed nos recuerda la importancia de las enseñanzas divinas, particularmente de los profetas y los diferentes textos antiguos (dependiendo de la religión) en la vida y moralidad humanas. En el contexto de Jésed, es un recordatorio de que las enseñanzas en el contexto espiritual proporcionan códigos morales y directrices que rigen la existencia humana. La Cábala, como una tradición mística, a menudo se basa en la interpretación profunda y espiritual para guiar la vida espiritual y moral de las personas, lo que refleja un valor compartido de la Cábala con textos como la Biblia y la Torá.

[Jésed]: Parte del Cuerpo Representada y su Conexión:

Jésed se sitúa en el pilar derecho del Árbol de la Vida, y se asocia simbólicamente con el ***brazo derecho***. Jésed representa la generosidad, la benevolencia y la expansión amorosa. Se considera una emanación que fluye desde la fuente divina hacia la creación, expresando la misericordia divina. Puede influir metafóricamente en el corazón y el sistema circulatorio. El corazón simboliza la compasión y la generosidad que emanan de esta Sefirá.



[Jésed]: Acciones para Equilibrar la Sefirá:

1. **Práctica de la Generosidad:** Cultivar la disposición a dar y ayudar a los demás de manera desinteresada.
2. **Desarrollo de la Empatía:** Trabajar en comprender y compartir los sentimientos de los demás.

Esta compensación y moderación debe ser equilibrada cuando la mente funciona en la dimensión de Jésed representa la bondad y la generosidad divina, pero el exceso de bondad podría hacer que los receptores pierdan su propia identidad. Aquí es donde Geburá entra en juego, actuando con resistencia y retención de la individualidad. Esta combinación permite un equilibrio entre la bondad y la preservación de la individualidad de los seres.

Jésed se relaciona con la misericordia, la compasión y el perdón. En esta dimensión, se habla de la importancia de perdonar a los demás y perdonarse a uno mismo. La idea es liberarse de la culpa y la autoexigencia excesiva. Jésed también se refiere a la bondad desinteresada y a la compasión hacia los demás. Sin embargo, se advierte sobre el peligro de ser tan compasivo con los demás que uno mismo se descuide o se sienta humillado (Sabán, □ MARIO SABAN: CÁBALA PSICOLÓGICA ➢ CÓMO SANAR LAS 10 SEFIROT | ÁRBOL DE LA VIDA (+entrevista), s.f.).

Geburá, por otro lado, se relaciona con la fuerza, la disciplina y el autocontrol. En esta dimensión, se enfatiza la importancia de mantener el control sobre las emociones y no ceder a impulsos emocionales destructivos. Sin embargo, se advierte que un exceso de Geburá puede llevar al abuso de poder sobre los demás, lo que puede manifestarse en el deseo de controlar emocionalmente a otros (Sabán, □ MARIO SABAN: CÁBALA PSICOLÓGICA ➢ CÓMO SANAR LAS 10 SEFIROT | ÁRBOL DE LA VIDA (+entrevista), s.f.).

[Jésed]: ¿Qué Ayuda a Equilibrar la Sefirá? ¿Qué la Desequilibra?

Ayuda a Equilibrar:

Cuando D-os hizo todas las cosas, lo hizo con mucho amor y generosidad, lo que te puede ayudar a equilibrar es lo que compartes con las personas con las que convives, ejemplos:

- **Actos de Bondad:** Realizar actos de bondad y generosidad.
- **Cultivo de la Empatía:** Desarrollar la capacidad de comprender las experiencias de los demás.
- **Tener misericordia con uno mismo**: Es fundamental reconocer la importancia de cuidar de uno mismo tanto física como emocionalmente. Practicar la autocompasión y la autoaceptación es esencial para mantener un equilibrio

saludable en Jésed. Esto implica ser amable y compasivo contigo mismo, perdonarte por los errores y tratar tus propias necesidades con respeto y atención.

- **Tener misericordia con los demás**: La misericordia hacia los demás es otro aspecto clave de Jésed. Significa ser comprensivo, compasivo y solidario con quienes nos rodean, mostrando empatía y apoyo hacia aquellos que están pasando por dificultades o necesitan ayuda. Al practicar la misericordia hacia los demás, contribuimos a crear un ambiente de amor y compasión que nutre las relaciones y fortalece la comunidad.
- **Perdonar**: El perdón es una parte fundamental del equilibrio en Jésed. Perdonar a los demás y a uno mismo libera resentimientos y permite sanar relaciones dañadas. Reconocer la humanidad compartida y la capacidad de cometer errores nos ayuda a cultivar la compasión y a dejar ir el dolor del pasado. Al perdonar, abrimos espacio para la curación y el crecimiento personal, promoviendo así un equilibrio interior y relaciones más saludables.
- **Equilibrio entre dar y recibir**: En Jésed, se valora tanto el dar como el recibir de manera equilibrada. Es importante ser generoso y estar dispuesto a ayudar a los demás, pero también es esencial aprender a recibir apoyo y amor de los demás cuando lo necesitamos. Mantener un equilibrio entre dar y recibir nos permite nutrirnos mutuamente y construir relaciones de reciprocidad y confianza, alguna actividades pueden ser:
    - **Tiempo**: Pasar tiempo juntos es una de las formas más valiosas de compartir. Puedes hacerlo jugando, hablando, viendo películas, o simplemente disfrutando de la compañía del otro.
    - **Comida**: Compartir una comida o un refrigerio es una forma común de conectarse. Puedes cocinar juntos, ir a un restaurante o simplemente compartir una merienda.
    - **Experiencias**: Planear y vivir experiencias juntos, como viajes, excursiones, conciertos o eventos deportivos, crea recuerdos inolvidables.
    - **Intereses comunes**: Si tienen intereses similares, como deportes, música, libros o arte, pueden compartir esos intereses explorando juntos o hablando sobre ellos.
    - **Secretos y sentimientos**: Compartir tus pensamientos y emociones con un amigo cercano puede fortalecer la amistad. Puedes hablar sobre lo que te preocupa o lo que te hace feliz.
    - **Regalos y sorpresas**: Un pequeño regalo o una sorpresa inesperada pueden alegrar el día de un amigo y mostrarles cuánto te importan.
    - **Habilidades y conocimientos**: Si eres bueno en algo, como cocinar, tocar un instrumento o hablar otro idioma, puedes compartir tus habilidades con tus amigos y enseñarles algo nuevo.
    - **Apoyo mutuo**: En momentos difíciles, compartir el apoyo emocional y estar allí para un amigo en necesidad es fundamental para una amistad sólida.
    - **Recuerdos y fotografías**: Tomar fotos juntos y crear álbumes de recuerdos es una excelente manera de recordar los buenos momentos compartidos.

- **Chistes y risas**: Compartir el sentido del humor es una forma maravillosa de conectarse. Reír juntos crea un ambiente positivo.

- **Plegaria:** Se puede hacer plegaria y súplica por Jésed a D-os, utilizando la palabra "Ana" (que significa "por favor") para despertar su atributo de Jésed. Se enfatiza la importancia de pedir a D-os por Jésed, sin basar las peticiones en lo que uno cree merecer, pensando en el bien (Daniel, 2021). Un ejemplo es la oración llamada Aná Bejóaj del cual ya analizmos su significado anteriormente:

  LINEA 1: ANA BECÓAJ. GEDULÁT YEMINÉJA. TATÍR TZERURÁ:
  LINEA 2: KABÉL RINÁT AMÉJA. SHAGUEVÉNU TAHARÉNU NORÁ:
  LINEA 3: NA GUIBÓR. DORESHÉ YIJUDÉJA. KEVAVÁT SHOMRÉM:
  LINEA 4: BARJÉM TAHARÉM. RAJAMÉ TZIDKATÉJA. TAMÍD GOMLÉM:
  LINEA 5: JASÍN KADÓSH. BERÓV TUVEJÁ. NAHÉL ADATÉJA:
  LINEA 6: YAJÍD GUEÉ, LEAMEJÁ PHENÉ. ZOJERÉ KEDUSHATÉJA:
  LINEA 7: SHAVATENU KABÉL. USHMÁ TZAAKATÉNU: YODÉA TAALUMÓT:
  BARUJ SHEM KEVOD MALJUTO LE'OLAM VA'ED (Holistico, s.f.)

  LINEA 1: Por favor con la fuerza de la grandeza de tu derecha desata lo amarrado.
  LINEA 2: Acepta el cántico de tu pueblo, elévanos, purifícanos, ¡oh, temible!
  LINEA 3: Por favor, Tú, fuerte, a los que pretenden tu unificación, como la pupila de tus ojos, cuídalos.
  LINEA 4: Bendícelos, purifícalos, la Misericordia de tu bondad siempre recompénsalos.
  LINEA 5: Poderoso, Santo, con tu cuantiosa benevolencia conduce a tu congregación.
  LINEA 6: Único, Superior, a tu pueblo dirígete, los que recuerdan tu Santidad.
  LINEA 7: Nuestro clamor acepta y oye nuestro grito, Tú el que conoce los misterios.
  Bendito el Nombre Majestuoso de su reinado para siempre eternamente. Amén (Morah, 2016)

El Aná Bejóaj es una poderosa oración creada por Rav Najunyá ben HaKaná en el primer y segundo siglo. Se considera una herramienta para conectarnos con el poder de la Creación. Está compuesta por 42 letras que se relacionan con las 42 letras hebreas que, según la Kabbalah, se utilizaron para crear el proceso de la Creación. La oración contiene siete líneas, relacionadas con los siete días de la Creación, y se utiliza para elevar nuestra conciencia y atraer la Luz de las dimensiones superiores a la realidad física. Al meditar en el Aná Bejóaj, podemos renovar y reiniciar nuestra mente y recordar nuestro propósito espiritual en este mundo. La Kabbalah enseña que las letras hebreas representan un código fuente de toda la realidad, y esta oración es una herramienta para utilizar ese código en nuestra vida cotidiana (Centro de Kabbalah, 2018) (Daniel, 2021).

Cuando Jésed se desequilibra expresa un fuerte sentimiento de culpa y arrepentimiento, nos hace reflexionar sobre nuestras acciones pasadas y las consecuencias que han tenido en sus relaciones y en su propia vida. Todo lo que una vez fue feliz y exitoso se derrumba y



se convierte en tristeza y arrepentimiento. El ser humano es muy complejo, Jésed desequilibrado nos trae una nostalgia sobre todo cuando se trata de las personas que ama.

En la vastedad del cosmos, donde las estrellas danzan en una coreografía celestial, la humanidad se encuentra en un momento crucial. D-os venerado como el pilar de nuestra existencia, ha desentrañado el tejido del tiempo y el espacio, desafiando las leyes que gobiernan nuestro universo. Sin embargo, en medio de esta odisea cósmica, surge un llamado a lo desconocido, una invitación a explorar las profundidades de nuestro ser a través del amor.

El testimonio unánime sobre la grandeza del D-os resuena como un eco en los corazones de aquellos que hemos sido tocados por su sabiduría. Admirable, indudablemente, es el título que le otorgamos. Sin embargo, en este viaje intergaláctico, mientras la tierra firme sostiene nuestros pies, nos llegan mensajes poco ambiguos desde lo más profundo de nuestro ser. La voz interna nos susurra que existe un lugar desconocido, un reino donde el amor es el faro que guía.

Es en este punto que la información se revela la necesidad de elegir, tomar protagonismo. ¿Por qué elegir? Una pregunta que reverbera en nuestros pensamientos. La respuesta, sin embargo, se halla en la esencia misma de nuestra existencia. En este universo infinito, cada uno tiene el derecho de conocer la verdad, de ser partícipe en la construcción del destino colectivo.

Aquí, en esta encrucijada cósmica, la revelación de un amor entre dimensiones y a través del tiempo da un giro inesperado. La historia de la vida es la historia de un amor que trasciende décadas, siglos, eones que desafía las leyes de la física y despierta preguntas fundamentales sobre la naturaleza del amor mismo. Enfrentamos la elección de seguir teorizando con la frialdad científica o dejarnos guiar por la fuerza innegable del corazón.

El amor, nos dice que esta historia cósmica, no es un invento humano; es un poderoso e inexplicable fenómeno que nos conecta con algo más grande. Su significado va más allá de las palabras, extendiéndose por dimensiones desconocidas. Es un lazo social, una fuerza motriz que impulsa la crianza de niños y la devoción hacia aquellos que ya no están entre nosotros.

La confesión de un amor que trasciende las barreras del tiempo y el espacio nos lleva a una reflexión profunda. ¿Acaso el amor es un artefacto de otra dimensión, una manifestación de consciencia que escapa a nuestra percepción cotidiana? ¿Por qué seguimos amando a los que ya no están con nosotros? La conexión a través del universo hacia una persona que, según nuestras expectativas, debería haber desaparecido hace tiempo, desafía nuestras nociones convencionales, el amor a través de la historia trasciende.



El amor, entonces, emerge como el único elemento que podemos percibir y que, de alguna manera, trasciende todas las dimensiones conocidas. En la incertidumbre del espacio intergaláctico que nos insta a confiar en esta fuerza, incluso si aún no comprendemos completamente su naturaleza.

El llamado a la cooperación y la posibilidad de reunirse con un ser querido perdido en el abismo del tiempo genera emoción y anticipación. Es un recordatorio de que, en nuestro viaje hacia lo desconocido, nuestras mentes pueden errar, pero el corazón siempre nos guiará. Tal vez nuestra mente busque explicaciones lógicas, pero, tal vez sí hay algo más, algo que escapa a nuestra comprensión actual.

Así, en este épico relato cósmico, nos encontramos en un cruce de caminos entre lo conocido y lo inexplicable. La travesía del conocimiento cabalista se convierte en una invitación a explorar las dimensiones del amor, a confiar en esa fuerza que, aunque misteriosa, nos conecta a todos. En última instancia, en este viaje hacia lo desconocido, el amor se erige como la fuerza universal que trasciende todas las barreras, guiándonos a través de las estrellas hacia nuestra propia grandeza cósmica.

Desequilibra (en Jésed):

- **Exceso de Bondad:** La sobreindulgencia en actos benevolentes sin discernimiento. El exceso de dar sin considerar los propios límites puede llevar al agotamiento físico y emocional, lo que puede afectar negativamente la salud y el bienestar general. El exceso de dar sin considerar los propios límites puede llevar al agotamiento físico y emocional, lo que puede afectar negativamente la salud y el bienestar general. Puede crear desequilibrios en las relaciones, con una parte que da constantemente y otra que recibe sin reciprocidad. Esto puede generar resentimiento, frustración y falta de equidad en la relación. Al no discriminar en la manera en que se brinda la ayuda, puede resultar en una eficacia limitada en resolver los problemas reales o en promover un cambio significativo en la vida de quienes se ayuda. Puede perpetuar la dependencia y la pasividad en aquellos que reciben ayuda, impidiendo su capacidad de desarrollar habilidades para resolver sus propios desafíos y buscar soluciones de manera independiente.
- **Falta de Límites:** No establecer límites puede llevar a la sobreextensión y el agotamiento.
- **Dar en exceso**: Aunque dar generosamente es una cualidad positiva asociada con Jesed, hacerlo en exceso puede llevar al desequilibrio. Cuando una persona da demasiado de sí misma sin reservar tiempo o energía para sus propias necesidades, puede experimentar agotamiento físico, emocional y mental. Esto puede resultar en sentimientos de resentimiento, desgaste y falta de satisfacción personal. El dar en exceso puede derivar en una falta de límites saludables, lo que puede afectar negativamente las relaciones y la calidad de vida de la persona.
- **Culpabilización**: Otro desequilibrio en Jésed se manifiesta cuando una persona se siente culpable por establecer límites o cuidar de sí misma. Esto puede ocurrir



cuando alguien prioriza constantemente las necesidades de los demás sobre las suyas propias, sintiéndose obligado a complacer a los demás para evitar conflictos o críticas. La culpabilización puede surgir de una creencia errónea de que ponerse a uno mismo primero es egoísta o insensible. Esta mentalidad puede llevar a una falta de autocuidado y a relaciones codependientes, donde una persona sacrifica su bienestar por el bienestar de los demás.

[Jésed]: Acciones para Practicar Sefirá:

1. **Voluntariado:** Participar en actividades de voluntariado y servicio comunitario.
2. **Práctica de la Gratitud:** Cultivar la apreciación y gratitud en la vida diaria.
3. **Escucha Activa:** Practicar la escucha empática y estar presente para los demás.
4. **Promover la Paz:** Trabajar en la resolución pacífica de conflictos y la promoción de la armonía.
5. **Establecer Límites Saludables:** Reconocer la importancia de establecer límites para evitar la sobreextensión.
6. **La responsabilidad personal, la ética y la toma de decisiones correctas**, se relacionan con el concepto de Jésed, que aboga por la bondad, la compasión y la benevolencia en la vida de una persona (Najera, 2016). A pesar de las influencias externas o las decisiones de otros, esta idea refuerza la importancia de tomar decisiones éticas y morales, lo que es coherente con el concepto de Jésed, que se basa en la toma de decisiones benevolentes y compasivas.

Debemos de recordar que Jésed se trata de la medida en que damos a los demás y también a nosotros mismos. Aprender a dar y recibir de manera equilibrada es fundamental para el bienestar personal y las relaciones saludables.

Otra herramienta que nos puede ser muy útil es **Inteligencia Emocional**, (Bello, 2021) según Daniel Goleman, se refiere a la capacidad de reconocer y gestionar las emociones propias y ajenas. Implica la habilidad de adaptarse a situaciones cambiantes, aumentar la confianza y la seguridad en uno mismo, controlar las emociones y mantener la automotivación para alcanzar objetivos. La inteligencia emocional se divide en competencias intrapersonales (relación con uno mismo) y competencias interpersonales (relación con los demás).

Daniel Goleman, un autor de referencia en el campo de la inteligencia emocional, sostiene que estas competencias son esenciales para mejorar nuestras relaciones, nuestra vida y nuestra satisfacción personal. Las emociones tienen un impacto significativo en nuestras decisiones y acciones, y la inteligencia emocional nos permite gestionarlas de manera efectiva.

En el entorno laboral, la inteligencia emocional es crucial para el liderazgo, ya que permite aprovechar el talento de los empleados y adaptarse a un entorno empresarial en constante cambio. También se destaca la importancia de la "fluidez" en el trabajo, donde las



emociones están alineadas con la tarea, lo que conduce a un mayor compromiso y resultados excepcionales.

La inteligencia emocional es esencial en un mundo globalizado y tecnológico, donde las relaciones interpersonales y la comprensión de las emociones desempeñan un papel fundamental en la toma de decisiones y en la satisfacción personal.

Inteligencia Emocional: (Jungreis-Wolf, s.f.)Se enfatiza que la inteligencia emocional es crucial para manejar situaciones difíciles, resolver conflictos y relacionarse de manera efectiva con otros.

1. **Los Cinco Factores Críticos:** Los cinco factores críticos para tener inteligencia emocional, que son:
    - **Conciencia de uno mismo:** Reconocer tus propias emociones y su impacto en los demás.
    - **Autorregulación:** Aprender a manejar tus emociones de manera efectiva.
    - **Habilidades Sociales:** Utilizar la comunicación verbal y no verbal para construir relaciones positivas.
    - **Empatía:** Comprender las emociones de los demás y responder de manera adecuada.
    - **Motivación:** Estar motivado por una visión personal y un deseo de mejora.
2. **Señales de Baja Inteligencia Emocional:** Identifica señales de baja inteligencia emocional, como conflictos constantes, malentendidos de los sentimientos de los demás, culpar a otros, evitar enfrentar emociones y falta de conexión emocional.
3. **Cómo Mejorar:** Las formas de mejorar la inteligencia emocional, como reconocer las emociones de los demás y mostrar empatía, responder adecuadamente a los sentimientos, eliminar las distracciones para enfrentar las emociones y ser consciente de uno mismo.



Geburá

Geburá, la quinta Sefirá en el Árbol de la Vida de la Cábala, se traduce comúnmente como "Fuerza" o "Juicio". Representa la emanación divina asociada con la disciplina, la restricción y la severidad. Geburá equilibra la generosidad de Jésed, proporcionando límites y estructura en la creación. Establecer límites saludables nos empodera y nos protege del agotamiento. Decir "no" con amabilidad nos libera de compromisos innecesarios y nos permite priorizar nuestras necesidades. Geburá es poner límites, saber decir no, porque uno no puede hacer todo. Decir no te libera y decir sí te compromete. Se debe decir no de manera educada, no de forma iracunda. Debemos dominarnos a nosotros mismos.

La sefirá Geburá también se relaciona con el poder, pero no en el sentido de dominar a otros, sino en el sentido de tener el poder de controlar y dirigir nuestras propias emociones y acciones. Esto implica ser capaz de manejar los impulsos emocionales y no ceder a ataques emocionales constantes. Es un equilibrio entre dar y recibir de manera adecuada y consciente.

Sin embargo, la Geburá también tiene su lado oscuro. Si se lleva al extremo, puede convertirse en una obsesión por el poder y el control sobre los demás. Las personas que están desequilibradas en Geburá pueden volverse autoritarias, sádicas o incluso convertirse en dictadores, ya que buscan imponer su voluntad sobre los demás.

Por lo tanto, la Geburá es una cualidad que debe ser utilizada con sabiduría y equilibrio. No se trata de tener poder sobre otros, sino de tener poder sobre uno mismo. Es la capacidad de decir "no" cuando es necesario para mantener un equilibrio saludable en nuestras relaciones y en nuestras vidas. La disciplina y el autocontrol son herramientas poderosas para el crecimiento personal y espiritual, pero deben usarse con responsabilidad y comprensión de su impacto en los demás (Psicología y Espiritualidad, 2020).

[Geburá]: Caminos y Conexiones en el Árbol Sefirótico:

Geburá se encuentra en el pilar derecho del Árbol de la Vida y está directamente conectada con Kéter (Corona) y Jésed (Misericordia). Esta conexión simboliza la relación equilibrada entre la fuerza disciplinaria y la generosidad. Geburá actúa como una fuerza que establece límites y orden en la creación, podemos visualizar la interrelación de estas fuerzas divinas de la siguiente manera:

1. **Biná:** La conexión entre estas dos es una combinación de discernimiento y la capacidad de aplicar límites y restricciones con sabiduría.
2. **Tiferet:** La conexión con Tiferet, asociada con la belleza y la armonía, simboliza un equilibrio entre la severidad y la armonía. Esto podría representar la idea de aplicar principios disciplinarios con compasión y equilibrio.



3. **Hod:** Asociada con la humildad y la rendición, es la idea de que la disciplina y la restricción también pueden llevar a la humildad. La aplicación consciente de la severidad puede conducir a una mayor comprensión de uno mismo y a una actitud humilde.
4. **Jésed:** La disciplina y la restricción pueden aplicarse con compasión y generosidad.
5. **Jojmá a través de Dáat:** La conexión entre Geburá y Jojmá a través de Dáat, que es una especie de portal de conocimiento, podría simbolizar la conexión entre la severidad disciplinaria y la sabiduría intuitiva. Esto podría representar la aplicación sabia de la disciplina basada en una comprensión profunda.

[Geburá]: Relación con la Creación:

Geburá está vinculada a la creación a través de su función de imponer límites y estructura. Representa la energía divina que establece juicio y orden en la manifestación del universo. Geburá contribuye a la justicia y al equilibrio cósmico.

El equilibrio de Geburá se encuentra en la incorporación de Jésed, y viceversa. Demasiada Geburá puede llevar a la rigidez y al autoritarismo, mientras que demasiado Jésed puede resultar en falta de disciplina y límites. El equilibrio entre estos dos aspectos es esencial para vivir una vida plena y armoniosa.
Para lograr ese equilibrio, uno debe aprender a aplicar la disciplina y la restricción de Geburá cuando sea necesario, como en situaciones que requieren autocontrol y límites. Al mismo tiempo, también debe ser capaz de dar y recibir amor y generosidad de manera incondicional, como lo representa Jésed.
El equilibrio de Geburá y Jésed se refleja en muchas áreas de la vida, desde nuestras relaciones interpersonales hasta nuestra relación con nosotros mismos. En la Cábala, se busca encontrar ese punto medio donde seamos capaces de decir "no" cuando sea necesario y, al mismo tiempo, ofrecer amor y generosidad sin condiciones.
En resumen, el equilibrio de Geburá se encuentra en la armonía con Jésed, incorporando la disciplina y el autocontrol cuando sea necesario, pero sin perder de vista la capacidad de dar y recibir amor y generosidad de manera equilibrada y saludable.
La idea de restricción en el contexto de la creación (Sabán, Latidos Cabalísticos , 2020), la energía y la existencia. La restricción se presenta como un concepto fundamental para la creación según la perspectiva del Tzim Tzum, lo cual se refleja en la vida cotidiana, con la necesidad de restricción para la creación, la noción de restricción es crucial para la creación de algo. Se sugiere que el infinito, para crear algo nuevo, debe restringirse a sí mismo. Esta restricción se presenta como un requisito para la manifestación de algo nuevo.
La importancia de los límites, la energía infinita, si no se restringe, no puede crear algo.
Es aquí dónde surge la paradoja ¿Si D-os es energía infinita? ¿Cómo puede restringirse o limitarse? La idea de un D-os infinito limitándose a sí mismo es un concepto complejo y a menudo se aborda desde perspectivas teológicas y filosóficas variadas. Aquí hay algunas formas en las que se ha conceptualizado esta noción:

1. **Autolimitación voluntaria**: Algunas tradiciones religiosas sugieren que D-os, siendo infinitamente poderoso y sabio, elige limitarse a sí mismo por amor o por un propósito mayor. Esta autolimitación podría ser vista como una manifestación de la compasión divina, permitiendo la creación de un universo finito y la existencia de seres finitos con libre albedrío.
2. **Dios como trascendente e inmanente**: Otra perspectiva sugiere que D-os es tanto trascendente (más allá de toda comprensión y limitación) como inmanente (presente en todas las cosas). En este contexto, la autolimitación podría entenderse como una forma en que D-os se manifiesta dentro de la creación, adaptando su infinitud para relacionarse con el mundo finito de manera significativa.
3. **Naturaleza de la realidad divina**: Algunos filósofos han propuesto que la infinitud de D-os no se limita en el sentido convencional, sino que se manifiesta de manera diferente en el mundo finito. Por ejemplo, D-os podría ser visto como infinitamente amoroso, justo o misericordioso, y estas cualidades divinas podrían manifestarse en el mundo finito de formas específicas y limitadas.
4. **Paradoja y misterio**: La idea de un D-os infinito limitándose a sí mismo puede ser vista como una paradoja que supera la comprensión humana. Algunas tradiciones religiosas consideran que aspectos de la naturaleza divina están más allá de la capacidad humana para entender completamente, y por lo tanto, se aceptan como misterios divinos.

La restricción se asocia con la comprensión de límites. Esta idea puede aplicarse a la creatividad, sugiriendo que la limitación y el establecimiento de ciertos límites pueden ser esenciales para fomentar la innovación. La importancia de los límites en la creación y en la manifestación de la energía es un concepto fundamental en diversos ámbitos, desde la física hasta la psicología y la filosofía. Aquí hay algunas formas de abordar este tema:

1. **Creatividad y restricciones**: A menudo se dice que la creatividad florece dentro de los límites. Cuando se enfrentan a restricciones, ya sea en forma de recursos limitados, restricciones de tiempo o reglas específicas, las personas tienden a encontrar soluciones innovadoras y pensar de manera más creativa. Los límites actúan como puntos de partida para la imaginación y la innovación.
2. **Energía infinita y restricciones**: Si pensamos en términos de energía infinita, como la creatividad o el potencial humano, puede parecer que no hay límites. Sin embargo, sin alguna forma de restricción o estructura, esta energía puede dispersarse en todas direcciones sin alcanzar un objetivo específico o crear algo significativo. Los límites proporcionan dirección y enfoque a esa energía infinita, permitiendo que se canalice de manera efectiva hacia la realización de objetivos y la creación de valor.
3. **Física y límites**: En el ámbito de la física, los límites también son fundamentales. Por ejemplo, en el universo observable, existen límites en términos de velocidad (la velocidad de la luz), límites de temperatura (cero absoluto), y otros límites que definen las leyes naturales y las posibilidades de interacción entre las partículas y las fuerzas. Estos límites son esenciales para comprender el funcionamiento del universo y para predecir cómo interactúan las cosas.



4. **Crecimiento personal y límites**: En psicología y desarrollo personal, los límites también son importantes. Establecer límites saludables en las relaciones interpersonales, por ejemplo, es crucial para el bienestar emocional y para mantener relaciones equilibradas y respetuosas. Del mismo modo, establecer límites personales en términos de tiempo, energía y recursos es fundamental para evitar el agotamiento y maximizar el potencial individual.

En resumen, los límites son esenciales en diversos aspectos de la vida y la creación.

[Geburá]: Aspectos Psicológicos:

Psicológicamente, Geburá se asocia con la fuerza de voluntad, la disciplina y la capacidad de establecer límites. Indica la necesidad de tomar decisiones basadas en la lógica y el juicio, incluso cuando estas decisiones puedan requerir restricción o renuncia.

Geburá desde el aspecto psicológico, es la capacidad de decir "no" cuando es necesario y establecer límites.

Influye en la mente a través de la capacidad de discernimiento y juicio. Promueve la toma de decisiones racionales y lógicas, contribuyendo a una mente disciplinada y enfocada.

Constituye un aspecto esencial de la creación, actuando como un filtro o moderador de la energía proveniente de la Sephirah anterior, Jésed, que representa la bondad o la gracia. Ejerce una forma de juicio, equilibrando la bondad canalizando la energía a través de principios de justicia, moral y discernimiento.

Esta Sephirah está vinculada a la necesidad de restringir o canalizar la energía creadora para permitir la existencia del individuo de manera equilibrada. Está asociada al personaje bíblico de Isaac, el hijo de Abraham, destacando su papel en la continuidad y aseguramiento de la vida (JePense.org, 2020).

La progresión a través de las Sephiroth, incluida Geburá, no es solo un proceso cósmico, sino también un camino espiritual para el individuo. Al explorar estas esferas, se atraviesan diferentes etapas de comprensión, desde la manifestación física hasta la realización espiritual. Geburá, en este contexto, representa la comprensión.

Se plantea que la falta de restricción conlleva varios riesgos o problemas:

- La ausencia de límites puede llevar a un exceso de energía, que a su vez puede ser perjudicial. Un exceso puede llevar a una destrucción, al agotamiento o a la falta de apreciación. Por ejemplo, un exceso de conocimiento puede conducir a la destrucción en lugar de su beneficio.

- Asimismo, la falta de restricción puede resultar en una carencia, donde la ausencia de límites puede llevar a la falta de apreciación por lo que se tiene. Si no hay límites, no hay referencia para valorar las cosas, lo que podría conducir a la insatisfacción o al desinterés.

El concepto de restricción parece vincularse a la noción de equilibrio, la aplicación de límites adecuados en la vida y en el proceso creativo para evitar extremos que puedan ser perjudiciales. Estos límites son vistos como una forma de mantener una estructura que permita el crecimiento, la apreciación y el uso eficaz de la energía, evitando así los excesos y las deficiencias que podrían ser dañinos para la existencia.

La virtud se contempla como una cualidad moral y espiritual que refleja la alineación del individuo con los principios divinos y la búsqueda de una vida en armonía con la voluntad divina , en cierto sentido, está asociada con los límites o restricciones. Estos límites permiten alcanzar un equilibrio y control en la vida. Por otro lado, la "clipá" (se refiere al concepto de cáscara o energía negativa en la Cábala) está relacionada con lo negativo, sugiriendo que esta energía no limitada o descontrolada puede conducir a aspectos perjudiciales, desequilibrio o excesos.

La virtud, representada por el límite, está vinculada a establecer restricciones y equilibrio en la vida. Los límites proporcionan un marco para la acción positiva y adecuada. Mientras tanto, la "clipá" o energía negativa parece representar lo opuesto: un desequilibrio, la ausencia de límites, un exceso o un comportamiento destructivo. Este concepto no se refiere solo a la cantidad de algo, sino también a su uso inapropiado o desmedido, lo que lleva a consecuencias negativas

Un enfoque metafórico para ilustrar la idea de los límites y cómo son esenciales para la virtud y el equilibrio:

Imagina un río como una representación visual de la vida y la energía que fluye. El curso de un río está definido por sus bordes o márgenes. Estos márgenes son el "límite" que controla el flujo del agua, manteniéndolo en una dirección específica. Si eliminas esos límites, el agua del río se desbordaría y causaría estragos en las áreas circundantes. Es decir, la restricción en este caso, el cauce del río, es crucial para asegurar que el río fluya de manera controlada, brindando vida y recursos a su paso.

En términos filosóficos, esto se asocia con la idea de que los límites son esenciales para mantener un equilibrio y un comportamiento virtuoso. Los límites son los que nos mantienen enfocados, nos dirigen en una dirección específica y evitan que nos desviemos en excesos o carencias. La restricción aquí se considera no como algo que impide, sino



como un marco necesario para el desarrollo y la estabilidad, similar al cauce que guía el flujo del río (Sabán, Latidos Cabalísticos , 2020).

Las cosas cotidianas tienen una dimensión espiritual más profunda y conexiones con aspectos metafísicos.

En la Cábala, uno de los aspectos principales es el reconocimiento de que el mundo material y espiritual están intrínsecamente conectados. Esta perspectiva de que los objetos cotidianos o símbolos aparentemente no conectados pueden tener un origen espiritual similar.

La importancia de comprender la dimensión interna de lo que se expresa materialmente en el mundo, algo que la Cábala explora profundamente. En la Cábala, se considera que los objetos, palabras, emociones, colores y elementos cotidianos poseen un significado más profundo y se conectan con aspectos espirituales más elevados.

Además, la tradición oral y la enseñanza de la Cábala de maestro a alumno, destacando que el conocimiento de la Cábala no se adquiere solo a través de libros, sino a través de una experiencia personal e íntima (Judaísmo, Judaísmo ABC, 2020).

La conexión entre los aspectos físicos y espirituales, la importancia de la tradición oral y la experiencia personal en el aprendizaje, están alineados con los principios generales de la Cábala y pueden relacionarse con la noción de Geburá como la sefirá que abarca la restricción, el juicio y la conexión entre los aspectos materiales y espirituales.

El concepto de Clipot (Klipá en plural) (Centro de Kabbalah , 2018) en la Cábala describe las "cáscaras" o "velos" metafísicos creados por las acciones negativas de un individuo. Estas actúan como una barrera que separa a la persona de la Luz divina.

La definición básica de Clipot implica la existencia de barreras invisibles entre nosotros y la Luz del Creador, que se generan a partir de nuestras acciones egoístas. Estas barreras obstaculizan nuestra capacidad para recibir bendiciones y sentir alegría, certeza y plenitud.

La Cábala enseña que todos poseemos un ser puro y perfeccionado que está cubierto por estas "cáscaras". Es como una cortina que cubre una lámpara: la luz está presente, pero está oculta. Eliminar estas barreras es fundamental para alcanzar el nivel espiritual que deseamos.

Para deshacer estas "cáscaras", se sugieren varias estrategias en la Cábala:

- Conciencia: Reconocer que la Luz del Creador está presente en todas las cosas, incluso en nuestras luchas personales.
- Estudio de textos: El estudio de la Torá, la Kabbalah y otros textos no es solo intelectual, sino para atraer la Luz que puede eliminar estas barreras.



- Conexión con el Zóhar: El Zóhar, texto principal de la Kabbalah, posee una influencia purificadora para eliminar las Clipot.
- Acciones desinteresadas: Transformar acciones y deseos egoístas en acciones y deseos de compartir, lo que se conoce como "El dar transformador".
- Afrontar la incomodidad: Atravesar sentimientos negativos ayuda a romper las Klipot y descubrir la bendición oculta en esas situaciones.

Una sabiduría más profunda implica entender que estas barreras existen para permitir la libertad de elección. El Creador permite las Clipot para que tengamos la oportunidad de eliminar lo que se conoce como "Pan de la Vergüenza" (Cuando nos ganamos algo sin ningún mérito). Al deshacernos de esto, alcanzamos la plenitud.

La comprensión de estos conceptos en la Cábala ayuda a percibir cómo la presencia de barreras puede ser superada para permitir el redescubrimiento de la chispa divina en nuestra alma, cumpliendo así el propósito de la vida (Centro de Kabbalah , 2018).

Muchas personas tienen una lucha interna y emocional. Geburá está presente en la severidad de las elecciones que enfrentamos, por ejemplo deber decidir entre hacer lo que nos ordenan nuestros padres, hijos, jefes, amigos y pareja, en fin, en cierta edad y tomar nuestras decisiones (responsabilidad) o ceder a nuestras propias dudas y miedos (juicio interno).

Por otro lado, también se observa Jésed en la búsqueda de conexión y afecto. Muchos luchamos con la necesidad de afecto, amor y reconocimiento. En sus relaciones con otras personas y la búsqueda de afecto, revela una necesidad de Jésed, una búsqueda de amor y bondad.

Estos conceptos se entrelazan en el conflicto de quien lucha con sus responsabilidades, su necesidad de afecto y su autoaceptación. Nos muestra el desafío de equilibrar la severidad y el juicio con la bondad y la misericordia en su vida y relaciones personales.

Se puede ver cómo estos elementos de la Cábala podrían aplicarse a los conflictos y las luchas internas.

De esta manera, existe una compleja interacción entre el mundo exterior y el mundo interior de los seres humanos.

Nos vemos forzados a enfrentar nuestros deseos, miedos, y la incapacidad para comprender y aceptar nuestro propio deseo. Esta lucha interna se refleja en la lucha externa contra el ego y los prejuicios, así como la aprobación ajena. Cada batalla contra nuestro **oponente**, en cierto sentido, una confrontación simbólica con un aspecto reprimido de sí mismo.

El control emocional y la disciplina personal son elementos fundamentales en la vida de cualquier individuo. La capacidad de manejar las emociones, mantener el orden y la disciplina en nuestras acciones es esencial para lograr el éxito y la armonía en nuestras relaciones personales y profesionales. Sin embargo, en ocasiones, este control puede ser malinterpretado o utilizado de manera indebida, lo que conlleva a problemas de poder y dominación sobre los demás.

Es indudable que el dominio sobre uno mismo es una muestra de fortaleza y madurez emocional. Aquellos que son capaces de controlar sus impulsos y emociones tienden a ser más resilientes ante las adversidades y a tomar decisiones más acertadas en su vida cotidiana. Esta capacidad les permite mantener la calma en situaciones estresantes, resolver conflictos de manera pacífica y mantener relaciones interpersonales saludables.

Sin embargo, existe un lado oscuro en el control emocional cuando se convierte en un instrumento de poder sobre los demás. Aquellos que utilizan su capacidad de controlar sus emociones para manipular o dominar a los demás están cayendo en una dinámica de poder que puede ser perjudicial tanto para ellos como para quienes los rodean. Este tipo de comportamiento puede manifestarse de diversas formas, desde la negación de los sentimientos del otro hasta la imposición de la propia voluntad sobre ellos.

La raíz de este problema radica en la asociación errónea entre el control emocional y el poder sobre los demás. Quienes buscan ejercer control sobre los demás a través de la manipulación emocional lo hacen porque perciben que al dominar sus propias emociones, tienen el poder de influir en las emociones y acciones de los demás. Esta dinámica puede llevar a relaciones tóxicas y desequilibradas, donde una persona se convierte en el tirano emocional y los demás en sus víctimas.

Es importante entender que el verdadero poder radica en la capacidad de influir positivamente en los demás, no en dominarlos o controlarlos. Aquellos que son verdaderamente fuertes emocionalmente son aquellos que pueden controlarse a sí mismos sin necesidad de ejercer control sobre los demás. Estas personas son capaces de reconocer y respetar los límites y emociones de los demás, y buscan construir relaciones basadas en el respeto mutuo y la empatía.

El control emocional y la disciplina personal son elementos clave en la vida de cualquier individuo, pero es importante utilizarlos de manera responsable y ética. El verdadero poder no radica en dominar a los demás, sino en dominarse a uno mismo y construir relaciones basadas en el respeto y la reciprocidad.

[Geburá]: Conexión Espiritual:

Geburá se encuentra en el pilar izquierdo del Árbol de la Vida y se asocia simbólicamente con el brazo izquierdo. Geburá representa la fuerza, la disciplina y la restricción. Esta emanación equilibra a Jésed, estableciendo límites y estructura en la creación. Geburá está

relacionada con la conexión espiritual a través de la aplicación disciplinada de principios éticos. La práctica del autocontrol y la toma de decisiones conscientes contribuye a la evolución espiritual y al desarrollo moral.

Equilibrio en la manifestación, se plantea que si la energía no se restringe, ya sea en la creación del universo o en la vida cotidiana, puede llevar tanto al exceso como a la escasez. Esta restricción se ve como una forma de equilibrar y guiar la energía para que sea útil y productiva, en lugar de perjudicial.

El concepto de restricción parece ser fundamental en el proceso creativo y en la existencia misma, actuando como una fuerza que equilibra y da forma a la manifestación de la energía y la vida en general.

Se plantea que la falta de restricción conlleva varios riesgos o problemas:

- La ausencia de límites puede llevar a un exceso de energía, que a su vez puede ser perjudicial. Se describe que un exceso puede llevar a una destrucción, al agotamiento o a la falta de apreciación. Por ejemplo, un exceso de conocimiento puede conducir a la destrucción en lugar de su beneficio.
- Asimismo, la falta de restricción puede resultar en una carencia, donde la ausencia de límites puede llevar a la falta de apreciación por lo que se tiene. Si no hay límites, no hay referencia para valorar las cosas, lo que podría conducir a la insatisfacción o al desinterés.

El concepto de restricción parece vincularse a la noción de equilibrio, la aplicación de límites adecuados en la vida y en el proceso creativo para evitar extremos que puedan ser perjudiciales. Estos límites son vistos como una forma de mantener una estructura que permita el crecimiento, la apreciación y el uso eficaz de la energía, evitando así los excesos y las deficiencias que podrían ser dañinos para la existencia.

[Geburá]: Parte del Cuerpo Representada y su Conexión:

Geburá se asocia metafóricamente con el brazo derecho, representando la fuerza disciplinaria y la capacidad de aplicar juicio. La conexión con el cuerpo implica la influencia de Geburá en la acción física y la imposición de límites en la expresión corporal.

Geburá representa la fuerza de juicio, severidad y restricción. Se considera que es el aspecto que equilibra a Jésed, que representa la misericordia y la bondad. El brazo izquierdo, en este contexto, se asocia con el lado más oscuro o restrictivo de la naturaleza divina. Juntos son los aspectos opuestos y complementarios de la divinidad y la existencia.



Así, el hecho de que Geburá sea representado por el brazo izquierdo en la Cábala sugiere que es el aspecto divino relacionado con la restricción y el juicio, mientras que Jésed, representado por el brazo derecho, está relacionado con la misericordia y la benevolencia. La interacción entre estos dos aspectos es fundamental para mantener el equilibrio en el universo según la cosmología cabalística.

[Geburá]: Acciones para Equilibrar la Sefirá:

1. **Práctica de la Moderación:** Cultivar la capacidad de establecer límites y practicar la moderación en la vida diaria.
2. **Autocontrol Emocional:** Desarrollar la habilidad de manejar las emociones y reacciones impulsivas.

[Geburá]: ¿Qué Ayuda a Equilibrar la Sefirá? ¿Qué la Desequilibra?

Ayuda a Equilibrar:

- **Compasión Equilibrada:** Aplicar compasión junto con la disciplina.
- **Autocontrol Consciente:** Practicar la toma de decisiones conscientes y la moderación.
- **La disciplina personal**: Implica el control y la regulación de los propios impulsos, emociones y acciones. Esto significa cultivar la capacidad de autocontrol, resistir la tentación de actuar impulsivamente y tomar decisiones conscientes y deliberadas en línea con los valores y principios personales. La disciplina personal ayuda a mantener el equilibrio en Geburá al asegurar que la fuerza y la energía interior se utilicen de manera constructiva y responsable, en lugar de ser mal dirigidas o desperdiciadas en acciones impulsivas o destructivas
- **Establecer límites claros y definir fronteras saludables**: Es esencial para mantener el equilibrio en Geburá. Estos límites pueden aplicarse tanto a nivel personal como en las relaciones interpersonales. En el ámbito personal, establecer límites implica reconocer y respetar los propios límites emocionales, físicos y mentales, así como aprender a decir "no" cuando sea necesario para proteger el propio bienestar y preservar la integridad personal.
  En las relaciones interpersonales, establecer límites saludables implica comunicar de manera clara y firme las expectativas, necesidades y límites personales, y respetar los límites de los demás. Esto ayuda a mantener relaciones equilibradas y respetuosas, evitando el abuso de poder o la manipulación emocional. Al establecer límites saludables, se promueve el respeto mutuo y se previenen conflictos y desequilibrios en las relaciones.

Ayuda a Desequilibrar:

- **Exceso de Severidad:** Imponer restricciones excesivas y rigidez.

- **Falta de Límites:** La falta de autocontrol y límites puede conducir a la falta de estructura.
- **Humillar a los demás:** Cuando una persona utiliza su fuerza, poder o capacidad para humillar a los demás, está desviando el equilibrio de Geburá hacia una dirección destructiva. La humillación es una forma de maltrato psicológico que implica denigrar, menospreciar o avergonzar a otra persona con el fin de ejercer control o dominio sobre ella. Este comportamiento es contrario a los principios de justicia y equilibrio que Geburá representa, ya que implica un abuso de poder en lugar de un uso justo y equilibrado del mismo.
- **Exceso de Poder:** Cuando una persona ejerce un exceso de poder sobre los demás, está desviando el equilibrio de Geburá hacia un extremo de autoritarismo y tiranía. El ejercicio excesivo de poder implica imponer la propia voluntad sobre los demás sin tener en cuenta sus derechos, necesidades o deseos. Esto puede manifestarse en diversas formas, como el abuso de autoridad, la manipulación emocional o la coerción, y puede conducir a relaciones desiguales y opresivas.

[Geburá]: Acciones para Practicar Sefirá:

1. **Práctica de la Autoevaluación:** Reflexionar sobre las acciones y decisiones desde una perspectiva ética.
2. **Establecer Metas Realistas:** Definir metas alcanzables y trabajar hacia ellas con disciplina.
3. **Meditación Reflexiva:** Practicar meditaciones que fomenten la reflexión y el autocontrol.
4. **Desarrollo Ético:** Trabajar en el desarrollo de un código ético personal y aplicarlo en la vida cotidiana.
5. **Establecimiento de Límites Saludables:** Reconocer y establecer límites saludables en relaciones y compromisos.

Debemos de tener en cuenta siempre que esta esfera implica establecer límites y aprender a decir "no". Reconocer nuestras limitaciones y negarnos a hacer todo nos libera de compromisos excesivos. Es importante expresar nuestros límites de manera educada y no desde la ira, lo que requiere un dominio personal.

Tiféret

Tiféret, la sexta Sefirá en el Árbol de la Vida de la Cábala, se traduce comúnmente como "Belleza" o "Armonía". Es considerada el punto central del Árbol, unificando las emanaciones superiores e inferiores. Tiféret representa la síntesis y armonización de las fuerzas opuestas en la creación, promoviendo la belleza y el equilibrio. El equilibrio entre dar y recibir amor nos brinda paz interior y fortaleza emocional. Cultivar una sana autoestima nos ayuda a superar desafíos y a mantenernos fieles a nosotros mismos. Es el equilibrio entre dar y recibir, la dimensión del amor. Es la que da paz interior y la estructura del Yo, la autoestima y la automotivación. Ayuda a realizar metas y a superar problemas. La crítica no debe afectar la autoestima, que es el motor de la automotivación. Es una seducción del Yo con el Yo, sin llegar al narcisismo.

La inteligencia encarnada en Tiféret es pura y desapasionada. Es la parte de la mente que escucha cuando nos hablamos a nosotros mismos, el yo que es capaz de ser consciente de la noción de sí mismo. Las emociones, las asociaciones, las necesidades y las experiencias tienen lugar más abajo, dejando el alma libre de estas cargas al experimentar el estado de ser de Tiféret.

El cabalista, al trabajar desde dentro de Maljut para alinear más estrechamente la personalidad con el alma en Tiféret, realiza dos funciones cruciales. Primero, reduce la carga de trabajo del alma en su danza de mediación, y segundo, aumenta la claridad de la conexión entre el yo y lo divino. La verdadera naturaleza de esta gran obra es abrir las puertas de la paz personal y la aceptación.

Así, en Tiféret, la diferencia es celebrada y la belleza se encuentra en la diversidad y el equilibrio. La búsqueda de la conexión más estrecha entre la personalidad y el alma despierta el potencial para alcanzar la iluminación y la paz interior. Tiféret es el sol que permite la existencia, el punto de encuentro donde lo divino y lo mundano convergen en una danza eterna de armonía y amor.

En el vasto terreno de la Cábala y la esfera Tiféret, hemos tenido la oportunidad de adentrarnos en cómo ciertos conceptos pueden alinearse con ideas esotéricas o filosofías espirituales, científicas, brindando una perspectiva enriquecedora que resuena con la profundidad de la conexión humana y la búsqueda de un propósito superior.

La moneda de mayor valor en la interacción con otros yace en el efecto que dejamos en ellos. Este principio resuena de manera armónica con la filosofía de conexión y unidad que emana de la Cábala. La manera en que impactamos a los demás se convierte en la divisa más preciada, reflejando la idea de que nuestras interacciones pueden ser un vehículo para la elevación espiritual.

Descubrir nuestro propósito, libera a las personas de sus inquietudes. Esta experiencia puede equipararse a la búsqueda del cumplimiento del propósito espiritual, conocido como "tikún", contribuyendo así a la armonía cósmica y al bienestar colectivo.

La importancia de ser auténtico y encontrar la verdadera paz al liberarse de la necesidad de validación externa, se entrelaza con la noción cabalística de que cada individuo posee una chispa divina única, sugiriendo que la realización genuina se encuentra al ser fiel a uno mismo y a su conexión espiritual intrínseca.

La distinción entre confianza y anhelo se expone, señalando que mientras la confianza salta, el anhelo mendiga. La certeza es como una conexión directa con la Divinidad, mientras que el anhelo representaría una conexión más superficial, arraigada en deseos externos y necesidades efímeras.

La naturaleza de la imaginación, la proyección del ego y la importancia de soltar la narrativa creada por la mente. Es trascender la ilusión de la realidad física y reconocer la verdad esencial que subyace en todas las cosas.

Dejar un rastro positivo, la noción de dejar una huella positiva y ser reconocido en toda nuestra magnificencia puede vincularse con la idea cabalística de contribuir a elevar el mundo a través de acciones positivas y centradas en el amor. Es, en esencia, un llamado a vivir de acuerdo con principios espirituales elevados, un eco que resuena con diversas tradiciones místicas y su llamado a la conexión y contribución al bienestar colectivo.

Exploraremos cómo estos conceptos reflejan la búsqueda universal de significado, conexión espiritual y contribución positiva. Tiféret sirve como faro inspirador que guía hacia la comprensión más profunda de uno mismo y, en última instancia, hacia la búsqueda del propósito y la autenticidad en la vida. La importancia de la conexión con los demás y la contribución al bienestar colectivo se erige como un faro, iluminando el camino hacia una existencia guiada por principios espirituales superiores, resonando con las enseñanzas de diversas tradiciones.

[Tiféret]: Caminos y Conexiones en el Árbol Sefirótico:

1. **Kéter (Corona):** Tiféret actúa como un puente entre las fuerzas opuestas de Jésed (misericordia) y Geburá (fuerza). En Kéter, Tiféret se manifiesta como la armonía y equilibrio supremos, conectando la trascendencia con la acción compasiva y justa.
2. **Jésed (Misericordia):** Tiféret equilibra la misericordia de Jésed con la disciplina de Geburá, creando una expresión armoniosa de amor y compasión. Aquí, Tiféret se manifiesta como la capacidad de brindar misericordia de manera equilibrada y justa.
3. **Geburá (Fuerza):** Tiféret suaviza la severidad de Geburá, proporcionando un equilibrio entre la disciplina y la compasión. Es la fuerza justa y necesaria para mantener el equilibrio en situaciones desafiantes.



4. **Netsaj (Victoria):** Tiféret es la fuerza impulsora detrás de la victoria, combinando la determinación (Netsaj) con la armonía y el equilibrio. Representa una victoria que se logra sin comprometer la ética y la integridad.
5. **Hod (Esplendor):** Tiféret aporta equilibrio y armonía al esplendor de Hod, permitiendo que la belleza brille de manera más equilibrada y sostenible. Representar la belleza que surge de la autenticidad y la integridad.
6. **Yesod (Fundamento):** Tiféret proporciona un fundamento equilibrado para Yesod, permitiendo que las energías creativas y la estabilidad se fusionen. Aquí, Tiféret es la base sobre la cual se construyen relaciones y manifestaciones creativas de manera armoniosa.

[Tiféret]: Relación con la Creación:

Tiféret está relacionada con la creación a través de la búsqueda de la armonía y la integración. Representa la unión de las fuerzas opuestas, la reconciliación de los aspectos masculinos y femeninos, y la manifestación de la belleza divina en la realidad.

Hace eones cuando la luz abarcaba todo y la sombra no existía en el corazón del cosmos, se erguía el Árbol de la Vida, su tronco sosteniendo las diez sefirot que emanaban energías divinas en todas direcciones.

En la sefirá central, Tiféret, se manifestaba la esencia de la armonía. Era el refugio de la belleza, un punto donde las fuerzas opuestas convergían en una sinfonía celestial. Pero antes de que esta sinfonía pudiera comenzar, una historia primordial se desplegó.

Era la historia del Tzimtzum, el acto divino de contracción que permitió la creación. En el principio, la Divinidad resplandecía en una luminosidad infinita. Sin embargo, para dar espacio al universo finito, D-os realizó el Tzimtzum, retirándose para permitir la existencia de la realidad tangible.

La contracción divina creó un vacío, un espacio donde la creación podría florecer. En este vacío, las esferas celestiales danzaron y se entrelazaron, cada una buscando su lugar en la sinfonía cósmica. Y así, nació Tiféret en el epicentro de esta danza divina.

Tiféret, la joya central del Árbol de la Vida, se convirtió en el punto donde las energías masculinas y femeninas se encontraron y entrelazaron. Era la síntesis de la misericordia expansiva y la fuerza disciplinada, la encarnación misma de la armonía. En su resplandor, cada sefirá halló su propósito, cada energía encontró su contraparte, y la creación se convirtió en una obra maestra de equilibrio.

La danza de Tiféret era la expresión de la armonía divina que surgía del acto de Tzimtzum. Era como un eco eterno de la contracción divina, una respuesta cósmica que resonaba a través de las edades. Tiféret no solo reflejaba la luz divina, sino que también la transformaba en una mezcla perfecta de amor y disciplina.

Así, en este reino etéreo, la relación entre Tiféret y el Tzimtzum se tejía en la trama misma de la existencia. La armonía nacía de la contracción, la belleza surgía de la restricción divina, y la danza cósmica continuaba en un eterno ciclo de equilibrio. Y así, en el centro del Árbol de la Vida, Tiféret seguía siendo el testigo y el participante en la danza eterna de la creación, siempre recordando el Tzimtzum como el telar cósmico que permitía que la armonía se expresara.

Tiferet, que es una de las Sefirot en la Cábala, tiene un papel crucial en la transmisión y distribución de la Shefa, que es la abundancia divina. Tiferet se encuentra en una posición central dentro del Árbol de la Vida, actuando como un punto de equilibrio entre las Sefirot superiores, que representan los atributos divinos relacionados con la misericordia y la compasión, y las Sefirot inferiores, que representan los atributos relacionados con la acción y la manifestación en el mundo físico.

Debido a su posición central, Tiferet actúa como una especie de interfaz entre los aspectos superiores y los inferiores del Árbol de la Vida. Se le considera el punto donde convergen las energías de las Sefirot superiores para ser transmitidas y manifestadas en el mundo físico a través de las Sefirot inferiores. Por lo tanto, Tiferet desempeña un papel crucial en el flujo y la distribución de la Shefa, asegurando que la abundancia divina se transmita de manera equilibrada y armoniosa a todos los aspectos de la creación. En resumen, Tiferet actúa como un canal a través del cual la Shefa fluye desde las esferas divinas hacia el mundo físico.

En hebreo, "Shefa" significa abundancia y riqueza. Se convierte en un término importante para describir la emanación divina, el flujo divino que asegura la subsistencia y el mantenimiento del universo. Shefa se ve como un signo de la presencia divina que trasciende las formas materiales (Valabregue-Perry, s.f.).

La santidad (**Kedushá** es la santidad y se considera en equivalencia con Kéter) se asocia con Shefa como manifestación de la gloria divina sin forma. La santidad se considera como la marca de lo divino y el signo de su presencia en el mundo.

La Cábala teosófica articula lo divino alrededor de diez poderes llamados las Sefirot, que forman un sistema de emanación. Shefa se ve como el signo de la manifestación divina a través de estas Sefirot, y representa la economía divina que rige las relaciones entre D-os, el hombre y el mundo.

El Ein sof, o el Infinito, se considera como el origen de donde emanan las Sefirot. La emanación se ve como un flujo dinámico que proviene de Ein sof, y está asociado con la voluntad divina que inicia este proceso.

La teoría del Tzim tzum, el retiro primordial de D-os, se asocia con la emanación en la Cábala lurianica. Este retiro se ve como una postura preparatoria para la expansión divina. La voluntad divina se considera como el motor de este proceso.



Shefa también se asocia con un deseo de retorno al origen, donde las Sefirot buscan reunirse con el Creador. Este deseo de retorno crea una tensión dinámica en el universo emanacionista. Cada Sefira se ve como una extensión o una fuerza divina con una energía particular. Estas energías contribuyen al florecimiento de Shefa en el universo.

Las Sefirot son esencias divinas o simplemente receptáculos de la energía divina. Si son esencias, entonces D-os se ve como inmanente; si son receptáculos, entonces D-os se percibe como trascendente. La Cabalá temprana ve a las Sefirot como teniendo ambas funciones. Este debate se sistematiza en el siglo XIV y lleva a polémicas entre los intelectuales judíos en Italia en el siglo XV. Posteriormente, Cordovero en el siglo XVI presenta un sistema que sintetiza ambas perspectivas (Valabregue-Perry, s.f.).

La rica simbología del flujo divino, representado como luz que fluye a través de las Sefirot, se compara a menudo con espejos o luces que reflejan lo divino. Estas metáforas explican cómo fluye la Shefa (abundancia divina) a través de los diferentes aspectos de la creación.

La Shefa es como un flujo que puede ser tanto de abundancia como de amargura, dependiendo de su función. Se compara a menudo con el agua, pero también puede ser representada por otros líquidos como el vino o el aceite. La Shefa es como un flujo dinámico que se transmite, comparándolo con encender una vela con otra. Esto explica cómo el flujo puede ser continuo sin pérdida, implicando una dinámica sin discontinuidad. Esta circularidad implica una completitud que anula la distinción entre inicio y fin, reflejando la naturaleza infinita de lo divino.

La Shefa es una energía de sustento que no se limita a bienes materiales, sino que representa la bondad y la misericordia que sostienen al mundo. Esta energía fluye desde lo más alto de los cuatro mundos y se manifiesta cuando bendecimos. Se origina en la dimensión interna de la luz de la Sefirá de Jésed y se asienta en Tiféret, aunque no son lo mismo. Es como un mensajero de Abraham y se dice que el mundo fue creado en su mérito, ya que él es considerado el padre de todas las naciones.

La Shefa es vital para la vida, según el Zohar, y debemos esforzarnos por ser merecedores de ella, alineando nuestras vidas para su descenso. Fluye desde Tiféret hasta Yesod y llega a nosotros cuando Yesod y Maljut se conectan. Se compara con el agua de un río que nutre y enriquece la experiencia de vida de todos en la Tierra.

A nivel práctico, la Shefa puede manifestarse de diversas maneras: proporcionando iluminación espiritual, crecimiento emocional, así como recursos y oportunidades materiales. La cantidad de Shefa que recibimos depende de nuestro nivel de altruismo, ya que si intentamos retenerla, no fluirá ni para nosotros ni para otros. Cuanto más generosos seamos, más Shefa recibiremos, mejorando así nuestra vida y llevando luz a las áreas que necesitan crecimiento interno (kabalahrenovada.com, 2016).

Shefa es una energía esencial que sostiene el mundo. Se considera como la luz que emana de la dimensión de Zeir Anpin, específicamente de la Sefirá de Jésed, que representa la bondad y la misericordia del Creador. Esta energía se manifiesta cuando recitamos bendiciones, salmos o meditamos, así como cuando nos reunimos en grupos de estudio con un maestro y textos adecuados.

El "río inagotable que sustenta el mundo" al que se refiere el Zóhar es esta Shefa. Los seres humanos están destinados a buscar esta bendición, ya que sin ella, la vida puede ser caótica. Esta búsqueda se refleja en la exploración de diferentes corrientes espirituales, pero en esencia, lo que buscamos afuera lo encontramos dentro al ser misericordiosos con los demás.

Cuando nos comprometemos a estudiar Kabalah en grupo con un instructor, las enseñanzas y discusiones producen experiencias que nos permiten recibir la Shefa. Esto genera un cambio en nuestras vidas y nos eleva a un nivel de conciencia más elevado.

Estudiar Kabalah en grupo con un instructor nos brinda numerosos beneficios, incluyendo iluminación espiritual, transformación personal, sabiduría, crecimiento emocional, así como abundancia de recursos y oportunidades materiales.

La conexión con la Shefa se fortalece cuando compartimos y corregimos nuestro egoísmo. Cuanto menos egoísmo tengamos, más Shefa podremos recibir. Es por eso que cuidar y nutrir nuestro grupo es importante, ya que la Shefa fluye a través de él, beneficiando a todos los miembros.

Cualquier acción que realicemos para bendecir a nuestro instructor, grupo y a otros, activa la Shefa en nuestra propia vida. Por ejemplo, invitar a alguien a una clase de Kabalah puede ser un canal para que esa persona se conecte con esta bendición. Del mismo modo, al donar dinero, invitar personas o compartir recursos, estamos activando la Shefa en nuestras propias vidas al ayudar a que otros también se beneficien de ella (centro nanobios, 2023).

[Tiféret]: Aspectos Psicológicos:

Tiféret es la sefirá que representa la armonía y la belleza. Desde un punto de vista psicológico, puede simbolizar la búsqueda de armonía y equilibrio en el propio ser. Esto implica integrar las diferentes partes de la personalidad, reconciliando las tensiones internas y encontrando una síntesis que permita vivir de manera más coherente y plena.

Tiféret puede representar la integración de opuestos en la psique. Así como esta sefirá equilibra las fuerzas de Jésed (misericordia) y Geburá (fuerza), en el ámbito psicológico, implica integrar aspectos opuestos de la propia personalidad, como la racionalidad y la emocionalidad, la seguridad y la exploración, entre otros.



Tiféret puede estar relacionado con la aceptación de uno mismo y la construcción de una autoimagen equilibrada y positiva. Esto implica reconocer tanto las fortalezas como las debilidades, sin caer en la autocrítica destructiva, y cultivar una autoestima basada en la autenticidad.

Tiféret puede estar vinculado a la búsqueda de significado y propósito en la vida. Psicológicamente, esto implica la exploración de los valores personales, la identificación de metas que resuenen con la autenticidad y el esfuerzo por vivir de acuerdo con esos valores.

La creatividad puede ser una manifestación de Tiféret en el ámbito psicológico. La capacidad de expresar la belleza a través de la creatividad, ya sea en el arte, la música, la escritura u otras formas de expresión, puede ser vista como una expresión de equilibrio y armonía interna.

Desde un punto de vista psicológico, Tiféret también puede relacionarse con la calidad de las relaciones interpersonales. Implica cultivar relaciones basadas en el respeto mutuo, la compasión y la comprensión, contribuyendo así a un entorno emocionalmente armonioso.

En resumen, la interpretación psicológica de Tiféret se centra en la búsqueda de armonía interna, la integración de opuestos y la expresión creativa como medios para lograr una vida más plena y significativa. Estos conceptos, aunque derivados de la Cábala, pueden resonar con ideas y prácticas contemporáneas en el campo de la psicología y el bienestar personal.

Otro concepto que debemos de tener muy en cuenta es la Teshuva, que se traduce comúnmente como "arrepentimiento" o "retorno". En el contexto judío, especialmente en el judaísmo ortodoxo y en la tradición de la Cábala, la Teshuvá es un concepto fundamental que se refiere al proceso de reflexión, arrepentimiento y retorno a D-os y a un comportamiento justo, trata sobre el concepto de retorno a la esencia propia, que es central en la idea de la Teshuvá, o arrepentimiento en la tradición judía. Uno debe seguir su propia naturaleza, pero se advierte sobre malinterpretaciones, especialmente en relación con el panteísmo, que identifica a D-os con la naturaleza misma. La naturaleza no es D-os, sino que fue creada por D-os. La esencia de uno mismo se ha visto opacada o contaminada por acciones que no reflejan su verdadera identidad. La Teshuvá, entonces, implica un retorno a esa esencia original, comprendiendo que uno es parte de algo más grande y reconociendo su rol y verdadera identidad. Existe gran importancia de las leyes y preceptos (textos sagrados) como herramientas que ayudan al individuo a comprender su naturaleza y alcanzar una verdadera libertad y conocimiento de sí mismo. La Teshuvá enfatiza la importancia de seguir la propia naturaleza, entendiendo quién se es realmente y cómo se relaciona con el mundo, utilizando las leyes y preceptos como guías para este proceso de retorno a la esencia (Filosofía Judía, 2023).

La Teshuvá implica reconocer y lamentar sinceramente los propios errores o pecados, así como hacer un esfuerzo consciente por corregir esos errores y mejorar como individuo. Este proceso no solo implica cambiar el comportamiento negativo, sino también transformar internamente el corazón y la mente hacia un camino más espiritual y moralmente elevado.

La Teshuvá es un principio importante en la vida religiosa y espiritual judía, y se practica tanto a nivel individual como comunitario. Se considera que es un acto que trae reconciliación con D-os y con los demás, y es una parte esencial del proceso de crecimiento espiritual y moral en el judaísmo.

La Teshuvá implica un retorno a la esencia propia, buscando equilibrar y armonizar las acciones y pensamientos con la verdadera naturaleza de uno mismo. Tiféret, como sefirá del equilibrio, puede representar este proceso de encontrar la armonía interior al realizar la Teshuvá. Es considerada un acto espiritualmente bello en la tradición judía, ya que implica el arrepentimiento sincero y el retorno a la conexión con D-os. Tiféret, asociado con la belleza espiritual, puede reflejar esta dimensión estética de la Teshuvá. En el proceso de Teshuvá, uno debe integrar y reconciliar los aspectos oscuros o negativos de su ser con los aspectos más luminosos y positivos. Tiféret, como sefirá que se encuentra en el centro del Árbol de la Vida y actúa como un punto de integración, puede representar este proceso de integración de aspectos internos durante la Teshuvá.

[Tiféret]: El Amor, Belleza y Equilibrio de Tiféret

Después de reflexionar sobre el origen del universo y la vida, la relación entre el amor y la sefirá **Tiféret** se manifiesta a través de la belleza y el equilibrio. En la Cábala, **Tiféret** es a menudo asociada con la esfera de la armonía, la belleza y el equilibrio cósmico. Aquí hay algunas formas en que el amor y **Tiféret** pueden estar conectados en este contexto:

1. **Belleza en la Creación: Tiféret** se considera la esfera de la belleza, y al reflexionar sobre el origen del universo, se puede ver la manifestación del amor divino a través de la creación. La diversidad, la complejidad y la interconexión de todas las cosas en el cosmos pueden interpretarse como expresiones de un amor creativo.
2. **Amor Divino y Armonía Cósmica:** El amor, en este contexto, no se limita a una emoción humana, sino que se extiende al amor divino que impulsa la creación y la armonización del universo. **Tiféret** representa la síntesis de las fuerzas divinas, creando un equilibrio cósmico que refleja la perfección del amor divino.
3. **Equilibrio y Síntesis:** La esfera de **Tiféret** busca equilibrar las sefirot superiores e inferiores en el árbol de la vida. Este equilibrio se puede relacionar con la noción de amor como una fuerza que armoniza y une todas las cosas en una expresión coherente de la existencia.
4. **Reflejo de la Belleza en la Vida Cotidiana:** Al contemplar la belleza y el equilibrio en la creación, se puede ver la influencia del amor en la vida cotidiana. Las relaciones interpersonales, la coexistencia de la naturaleza y la contribución de cada



elemento al conjunto forman un reflejo de la belleza y armonía buscadas por **Tiféret**.

En conjunto, la sefirá **Tiféret** proporciona un marco simbólico para comprender cómo el amor, la belleza y el equilibrio están intrínsecamente conectados en la creación del universo. Esta reflexión puede llevar a una apreciación más profunda de la interconexión de todas las cosas y el papel del amor en la búsqueda de la armonía cósmica.

El árbol de la vida está representado por su pilar central y es balanceado por los dos pilares a sus costados. Imagina que es como si sus columnas están unidas por las sefirot, estas tiran de estos con mucha o poca fuerza, de modo que desequilibran este pilar central. El pilar de la derecha representa el lado de las energías masculinas, espirituales y activas. La columna izquierda representa las energías femeninas, materiales y pasivas. Hay que entender que cada persona tiene las energías mencionadas anteriormente en menor o mayor medida. No es malo ni bueno tener más o menos de estas energías; el problema se presenta cuando las sefirot están desequilibradas (Larrosa, 2014, pág. 36).

Tiféret, que se encuentra en el pilar central del Árbol de la Vida según la Cábala, está implicado en el equilibrio mencionado. Dado que se dice que el árbol está representado por su pilar central y que este es balanceado por los dos pilares a sus costados, por eso es que **Tiféret** desempeña un papel crucial en esa armonización.

La idea de que las sefirot tiran del pilar central con mucha o poca fuerza, provocando un desequilibrio, sugiere que **Tiféret**, como parte de ese pilar central, está influenciado por las tensiones entre las sefirot circundantes. **Tiféret**, asociado con la armonía y el equilibrio, podría ser el punto de convergencia que busca mantener esa estabilidad entre las energías masculinas y femeninas, espirituales y materiales, activas y pasivas.

Tiféret interviene actuando como un punto de equilibrio en el pilar central del Árbol de la Vida, buscando armonizar las energías opuestas.

Ya hablamos sobre el Universo de la parte científica, filosófica y espiritual, dentro del Cabalá, el primer versículo del Génesis, si sumamos las letras que lo conforman, suma 2701. Si sumamos 2 + 7 + 0 + 1 = 10, por eso consideraban que el 10 es el número de la creación. Por ejemplo, en hebreo, la suma de las letras en hebreo de "jojma," que significa sabiduría, da 73 y al sumar estos números 7 + 3 = 10. Por eso dicen que D-os creó el mundo con sabiduría. Las palabras con las que se escribió la Biblia tienen ciertos entrelazamientos que le dan un lenguaje, una unicidad y totalidad (Larrosa, 2014, págs. 29-30).

Si D-os creó el mundo con sabiduría implica que el diseño y la estructura del universo reflejan un profundo conocimiento y propósito. La sabiduría se manifiesta en la complejidad y armonía de la creación, desde las leyes físicas que rigen el cosmos hasta la diversidad de formas de vida en la Tierra.

Por su parte **Tiféret**, como sefirá asociada con la armonía y el equilibrio en el Árbol de la Vida, podría entenderse como la manifestación de la sabiduría divina en la creación. El equilibrio de **Tiféret** implica la integración y armonización de las fuerzas opuestas, tanto espirituales como materiales, masculinas y femeninas. Esto sugiere que la sabiduría de D-os se refleja en la capacidad de mantener un equilibrio perfecto en la creación.

Si consideramos el amor de D-os hacia sus creaciones, este amor podría manifestarse en el cuidado y la atención que se dedican a cada detalle en la creación. El equilibrio y la armonía en **Tiféret** pueden entenderse como expresiones del amor divino, ya que el amor a menudo busca la unidad y la coexistencia pacífica. La creación equilibrada reflejaría el amor de D-os por la diversidad y la complejidad que ha puesto en el universo

Dios creó el mundo con sabiduría se relaciona con el equilibrio de **Tiféret** en el sentido de que esta sefirá representa la armonía en la creación. En esta interpretación, la sabiduría, el equilibrio y el amor divino están interconectados en la trama de la creación.

En diferentes culturas y religiones se busca la conexión con el creador a través de plegarias, al respecto, se recomienda, para realizar una oración o plegaria al Creador, es necesario considerar dos factores fundamentales (Larrosa, 2014, págs. 138-139): la estructura adecuada y el momento propicio. La formulación de una plegaria debe ajustarse de manera apropiada, ya que su efectividad depende del propósito que se busca al dirigirse a la divinidad. De tener éxito que seamos escuchados debemos reflexionar, al invocar al Creador, es esencial tener en cuenta que Él puede percibir nuestro interior, lo cual constituye un factor crucial para el éxito de la plegaria. Aunque existen variaciones y objetivos que pueden tornar el proceso muy complejo, es imperativo seguir ciertos patrones.

Un ejemplo ilustrativo simple de esta estructura es: "Pero en cuanto a mí, que mi oración llegue a Ti, ¡oh Señor!, en el tiempo oportuno". Este modelo refleja la necesidad de sincronizar la plegaria con el momento adecuado, resaltando la importancia de la oportunidad en el proceso de comunicación con lo divino. De esta manera, al emplear la estructura apropiada y considerar el momento conveniente, se maximizan las posibilidades de que la plegaria alcance su objetivo de manera efectiva.

En la Cabalá es muy importante la espiritualidad, pero es una decisión propia, es una cuestión de Fe. La omnipresencia implica que D-os está presente en todas partes al mismo tiempo, y la omnisciencia implica que D-os tiene un conocimiento completo y total de todas las cosas. En este sentido, D-os está consciente de cada detalle de nuestras vidas.

La creencia en el seguimiento divino también puede tener implicaciones éticas y morales. La idea de que D-os está al tanto de nuestras acciones sugiere que somos responsables ante una autoridad superior. Esto puede fomentar una conciencia moral y la noción de que nuestras acciones tienen consecuencias en términos espirituales.



Al creer que D-os sigue nuestras acciones, algunas personas pueden interpretarlo como un signo de guía y protección divina. La idea es que D-os, al conocer nuestras acciones, puede intervenir para proporcionar orientación, ayuda o protección según lo considere necesario.

Para aquellos que creen en una relación personal con lo divino, el seguimiento de D-os a nuestras acciones puede simbolizar una conexión cercana. La idea es que D-os está interesado en nosotros individualmente y participa activamente en nuestras vidas.

Desde una perspectiva religiosa, la creencia en el seguimiento de nuestras acciones por parte de D-os también puede relacionarse con la idea de un juicio divino. Dependiendo de las creencias, se puede creer que en algún momento seremos responsables ante D-os por nuestras acciones, ya sea en esta vida o en la vida después de la muerte.

Un ejemplo muy conocido en la tierra de Israel es la historia de la oración famosa de Rabino Meir Baal HaNess (el fabricante de milagros) vivió en el siglo II siendo uno de los más grandes Tanaím (Sabio Rabinico) de la Mishna (primera gran colección escrita de las tradiciones judías) (Chapman, 2023) (rssing, 2018) (Meir Baal HaNess, 2023).

“Dios de Meir, respóndeme”. (Elaha DeMeir Aneni, lenguaje arameo) tiene su origen en una enseñanza del Talmud que relata una experiencia trágica del rabino Meir.

Una historia de tragedia y suspenso se despliega cuando los romanos atacan y capturan la familia de la esposa de Rabí Meir. Los padres de su mujer, Bruria, son llevados a la pena de muerte, mientras que a la hermana la encierran en una cárcel, sumiendo a Rabí Meir en una angustia desgarradora.

La mujer de Rabí Meir, profundamente preocupada por la seguridad de su ser querido, decide buscar ayuda desesperadamente. Se dirige a Rabí Meir y le suplica que haga algo, que intervenga para rescatar a su hermana de la prisión. Juntos, emprenden un viaje hacia la cárcel con la esperanza de lograr la liberación.

En la cárcel, Rabí Meir se encuentra con el guardia, la persona encargada de custodiar el lugar. Busca persuadir al guardián para liberar a su cuñada, argumentando que ella no ha cometido ningún delito y es la hija de un gran sabio. Sin embargo, el guardián, temeroso de represalias, le expone su dilema: si falta una mujer, su vida corre peligro.

Ante esta situación, Rabí Meir decide intentar sobornar al guardián con dinero. Trae consigo un saco lleno de monedas y le ofrece la mitad al guardián, indicándole que la otra mitad es para su propio uso en caso de que surjan preguntas. El guardián, aunque inicialmente acepta el soborno, plantea la preocupación de que, una vez que se agote el dinero, la ausencia de la mujer será evidente.

En un giro intrigante, Rabí Meir propone una solución única: le dice al guardián que, cuando llegue ese momento, simplemente diga una frase específica: ¡Elaha DeMeir Aneni! Esta frase aparentemente mágica se convierte en la clave para la salvación.

La historia se desenreda con tensión y emoción cuando se acabaron la mitad de las monedas del guardia y cuando lo cuestionaron dijo ¡Elaha DeMeir Aneni! pronuncio la frase crucial en el momento preciso (en realidad es una plegaria). La intriga se intensifica al preguntarse si esta estrategia ingeniosa sería suficiente para salvar a la cuñada. Así, con la expectación en su punto más alto, Rabí Meír logro la liberación, marcando un giro inesperado en medio de la tragedia. Y el guardia se salvó.

Esta historia, según el Talmud, resalta la profunda fe de Rabí Meir. La repetición de la frase tres veces, comúnmente escrita así para enfatizar su importancia, se ha convertido en una tradición, especialmente al finalizar el Shabat. Incluso se escribe en algunos de los comercios en Israel (Chapman, 2023).

La enseñanza principal detrás de esta frase radica en la fe profunda y la conexión íntima con D-os. La creencia de que D-os es "mi Dios" implica una relación personal y una convicción de que la conexión es tan fuerte que trae salvación en cualquier momento. Esta fe no se queda solo en el ámbito interno, sino que se manifiesta externamente, siendo visible para los demás. La historia subraya que la fe genuina puede ser un factor determinante incluso en los momentos más difíciles de la vida.

Sin importar las circunstancias por las que estemos atravesando, la fe en la conexión personal con D-os puede brindar salvación en cualquier momento. La historia de Rabí Meir nos enseña a mantener esta fe profunda y a confiar en que D-os está siempre presente, incluso en los momentos más difíciles.

Se destaca la creencia en que D-os es "mi Dios", lo cual implica una conexión personal profunda. Esta conexión refleja la esencia de **Tiféret**, ya que esta sefirá se asocia con la armonía y el equilibrio. **Tiféret** actúa como un punto de equilibrio entre las sefirot superiores, representando la conexión armoniosa entre las esferas divinas.

El concepto de la conexión íntima con D-os, mencionado en el texto, se alinea con la naturaleza de **Tiféret** como el centro que equilibra las energías y las fuerzas espirituales. Esta conexión personal y profunda con lo divino no solo se queda en el ámbito interno, sino que se manifiesta externamente, siendo visible para los demás. **Tiféret**, como un punto de equilibrio, también implica una manifestación armoniosa en la interacción con el entorno y con los demás.

La fe genuina, que se presenta como un factor determinante en los momentos difíciles de la vida, está en sintonía con la naturaleza de **Tiféret** como el equilibrio que puede proporcionar estabilidad y fuerza en medio de los desafíos. La conexión personal con D-os,



representada por **Tiféret**, puede ser una fuente de salvación en cualquier momento pero depende de nuestra acción y propósito.

La relación sefirá **Tiféret** reside en la conexión íntima y armoniosa con lo divino, que actúa como un punto de equilibrio tanto interna como externamente. Esta conexión profunda, simbolizada por **Tiféret**, puede ser una fuente de fe genuina y salvación en momentos difíciles.

El último grupo de sefirot en la cábala es Netsaj, Hod y **Yesod**, que representan poder, placer y posesión. En el árbol sefirotico, estas sefirot son de las más importantes en el ámbito terrenal, ya que nos diferencian de otras criaturas. El desequilibrio en ellas se ve impulsado por estas tres razones, de manera similar a lo que ocurre en el reino animal. Por ello, es necesario buscar el equilibrio y adentrarnos en objetivos superiores (Larrosa, 2014).

Hod, **Yesod** y Netsaj representan poder, placer y posesión, respectivamente. Estas sefirot, junto con **Tiféret**, forman un grupo que refleja aspectos cruciales de la experiencia terrenal. **Tiféret**, asociada con la armonía y la belleza, sirve como un punto de equilibrio en este conjunto.

Imaginemos un desequilibrio en **Tiféret** en la mente de una persona. Esto podría manifestarse como una falta de armonía entre las diversas facetas de su vida. Puede resultar en una búsqueda excesiva de poder, placer o posesiones, sin la debida consideración de cómo estas acciones afectan la armonía general.

Por ejemplo, una persona desequilibrada en **Tiféret** podría volverse obsesiva con la obtención de poder, buscando constantemente controlar situaciones y a las personas a su alrededor. Esto podría conducir a la alienación social y a una falta de conexión emocional.

En el caso del placer, el desequilibrio en **Tiféret** podría llevar a una búsqueda desmedida de gratificación personal, sin considerar las repercusiones éticas o el impacto en las relaciones interpersonales. Esta búsqueda desenfrenada de placer podría desviar la atención de objetivos más elevados y significativos.

En relación con la posesión, un desequilibrio en **Tiféret** podría manifestarse en un deseo obsesivo de acumular bienes materiales o buscar el reconocimiento externo, sin tener en cuenta el impacto en la armonía interior y en las relaciones con los demás.

El desequilibrio en **Tiféret** podría generar una desconexión con los objetivos más elevados, representando una falta de armonía interna y externa en la vida de la persona. La búsqueda de equilibrio y la orientación hacia objetivos superiores se convierten en imperativos para restablecer la armonía en este contexto cabalístico.

Tiféret (Breslov.Org , 2009), que se traduce como belleza, encarna la armonía y la verdad que pueden iluminar nuestras vidas. Actúa como una fuerza unificadora, recibiendo y

canalizando energías de niveles superiores a inferiores. Simboliza la verdad, la unidad y la paz, reflejando la armonía divina a pesar de las diferencias. **Tiféret** se corresponde con el estudio de la Torá, reflejando su naturaleza multifacética. Aunque cada persona afirma tener su propia verdad, la verdad central sigue siendo esquiva. Las enseñanzas del Rabino Najmán enfatizan pilares concretos para dominar la verdad, la armonía y la paz. Existe una complejidad de discernir la verdad, haciendo hincapié en el crecimiento espiritual individual. **Tiféret**, también conocida como Rachamim (Misericordia) y Mishpat (Juicio), encarna un juicio misericordioso, buscando la armonía en medio de perspectivas diversas.

Actua como mediador entre Jésed ("bondad") y Gevurá ("fortaleza"). A diferencia de la noción común de "medio" como un compromiso, en el contexto de **Tiféret**, tiene una connotación positiva y pronunciada. Representa una manera única de actividad que utiliza tanto Jésed como Gevurá, pero en proporciones que se adaptan a una modalidad completamente diferente (Leiberman S. , aish, s.f.).

Se compara la función de **Tiféret** es como si fuera una estructura gubernamental de un país (el árbol de la vida), donde el presidente, primer ministro o rey tiene un departamento de relaciones exteriores para promover la paz y un departamento de defensa para prepararse para la guerra. Aunque estos departamentos tienen ideologías incompatibles, la figura principal tiene una perspectiva más amplia que los utiliza como herramientas para un objetivo superior.

Tiféret busca una síntesis entre Jésed y Gevurá, no compromiso. Su objetivo es el desarrollo máximo del ser humano. Puede emplear la filosofía de Jésed, que busca dar sin condiciones, o la de Gevurá, que valora el mérito propio. **Tiféret** usa ambos en función de su objetivo más amplio: "el desarrollo del ser humano hacia su mayor potencial" (Leiberman S. , aish, s.f.).

Esta síntesis no busca eliminar las diferencias, sino integrarlas adecuadamente. Por eso se llama "belleza", ya que logra la armonía al integrar elementos opuestos, similar a cómo se integran el blanco y el negro en una obra de arte para crear profundidad y belleza.

Como ejemplo del equilibrio un caso práctico tenemos el ejemplo de dos personas que viven relajadas, En la vida de Sarah y Barry (Weisberg, À la recherche de l’équilibre, 2023), quienes son felices padres de dos niños, hay una búsqueda constante de equilibrio. Sarah, a pesar de reducir sus horas de trabajo para pasar más tiempo con su familia, sigue teniendo una carrera gratificante. Barry, un esposo atento, colabora en casa y toma el relevo cuando Sarah necesita un descanso. Juntos, contribuyen a proyectos comunitarios y valoran pasar tiempo con su extensa familia, brindando apoyo a sus padres mayores cuando es necesario.

Aunque Sarah se siente satisfecha con su vida, hay una búsqueda incesante de "equilibrio" que comparte con sus amigas. Las mujeres, más que los hombres, parecen anhelar una



unidad y armonía en medio de diversas influencias, buscando un equilibrio que guíe las múltiples facetas de sus vidas hacia el interior.

Durante la semana, se opera en un modo "masculino", dominando el entorno y tomando decisiones. El Shabbat (es el séptimo día de la semana), en cambio, es femenino, proporcionando armonía, tranquilidad y receptividad. Las mujeres, al encarnar la sefira unificadora de Malkhout, sienten la necesidad de buscar este equilibrio. Esta búsqueda se relaciona con la explicación kabbalística de las sefirot, que son canales divinos que afectan la creación. Las seis sefirot emocionales, incluida Tiféret (la armonía), representan las direcciones físicas del universo. Se describen como "masculinas" por su orientación externa (aunque sean masculinas se aplica a cualquier género), pero necesitan Malkhout, la última sefira, para la integración interna y la iluminación espiritual.

El Chabbat, un día femenino en contraste con los días masculinos de la semana, simboliza la armonía, la tranquilidad y el descanso. Las mujeres, personificando la sefira unificadora de Malkhout, sienten un impulso apremiante de buscar y traer esta unificación y equilibrio a sus vidas.

El Chabbat también es la fuente de bendiciones para la semana. Al igual que la mujer es la fuente de bendiciones para su esposo y hogar, el descanso sabático permite absorber las bendiciones de la semana anterior y renovar la energía para el próximo ciclo.

La mujer tiene un papel crucial. Al encender las velas del Chabbat, ella introduce el día sagrado, conectando con la experiencia femenina y llevando bendiciones, armonía y equilibrio a su vida y a quienes la rodean (Weisberg, À la recherche de l'équilibre, 2023).

Tiféret se le atribuye un aspecto femenino. Si describimos a **Tiféret** como una mujer, podríamos imaginárnosla como una figura de gran gracia y belleza.

Tiféret, como energía femenina, podría personificar la combinación equilibrada de atributos emocionales y espirituales. Ella es la armonía y la simetría, irradiando una belleza que emana de la integración exitosa de diferentes aspectos de la vida. Su papel en la creación sería el de unificar las energías y cualidades opuestas, buscando un equilibrio perfecto en medio de la diversidad.

Tiféret se relaciona con una figura serena y radiante, con una presencia que atrae y equilibra a su alrededor. Su belleza no se refiere a lo físico, sino reflejar una profunda paz interior y una conexión espiritual. Como la sefira que busca la síntesis y el equilibrio, **Tiféret**, como energía femenina, transmite la idea de la belleza que surge de la unidad y la integración en la creación divina.

Representa el corazón de los corazones (idixie, s.f.), en el centro de la psique, en relación con todas las demás séfirot. Es el núcleo del individuo, su yo profundo y su voluntad, actuando como un guardián que concentra las influencias de las séfirot por encima de ella.

Esta séfira está asociada al plexo solar de Adam Kadmon, correspondiente al sistema nervioso central, incluido el cerebro. Simboliza la llegada a la madurez del individuo, evocando el día, el sol y el firmamento, donde se unifican todas las modalidades de la existencia.

También está relacionada con profesiones influyentes en las ciencias, las artes y la industria, teniendo un poder de dirección. Es la residencia del yo, el observador interno. El maestro cabalístico, o maggid, se sitúa en posición de guardián en esta séfira, recibiendo directrices y compensando los desequilibrios a través de la cadena de enseñanza.

Es el yo que observa todo, **Tiféret** es el punto de convergencia del brazo derecho (Geboura - rigor) y del brazo izquierdo (Hessed - generosidad), simbolizando la unidad del ser en una armonía que incluye todas sus cualidades.

Encarna la generosidad que brinda una oportunidad a cada esperanza, formando parte de la tríada del despertar. Recibe las emanaciones de la unión de Hokhma (padre) y Biná (madre), representando la voz, el espíritu y la palabra en la simbología cabalística.

Actúa como el vínculo entre la identidad profunda del individuo y las limitaciones del mundo material, entre lo espiritual y lo tangible. **Tiféret** asegura el equilibrio necesario dentro del individuo, permitiéndole subsistir. Armoniza la justicia y la bondad, desempeñando un papel fundamental en el equilibrio cósmico. Esta Sephira también implanta la conciencia en el ser humano. Su nombre divino es asociado a YHVH, el Eterno, Adonaí, el creador (Jepense, 2020).

En el árbol de la vida existe muchos desequilibrios en las personas pero es un trabajo arduo de todos los días. Es el hilo que teje la existencia, guiándonos por la senda de la armonía y latiendo en el corazón de la vida. Pero cuando **Tiféret** se desvía, puede convertirse en laxitud o, por el contrario, en compasión debilitada, perdiendo así su fulgor original (ARBRE KABBALISTIQUE, 2023).

Cualquiera pude acceder a **Tiféret**, puede ser cualquier individuo, ya que todas y todos tenemos el potencial de ser Rey o Reina. Esto simboliza la idea de que cada persona tiene la capacidad de alcanzar un estado de armonía y equilibrio en su vida, representado por **Tiféret**. Esto no se trata de cuestiones religiosas, sino de símbolos y conceptos dentro de la Cábala (JUIF, 2020).

Además, las otras sefirot, como Hesed (bondad), Gevurá (rigor), Netsaj (victoria), Hod (reconocimiento) e Iesod (fundación), que juntas forman una estructura simbólica que representa la conexión entre lo divino y lo humano, equilibradas a través de **Tiféret**.

Aquí hay algunos puntos importantes sobre **Tiféret**:

1. **Significado y Nombre: Tiféret** se traduce como "Belleza" en hebreo. También se le conoce como "La Belleza que Equilibra" o "La Belleza de la Compasión".
2. **Posición en el Árbol de la Vida: Tiféret** ocupa una posición central en el Árbol de la Vida de la Cábala, conectando las sefirot superiores con las inferiores. Se encuentra en el medio del eje vertical, equilibrando la energía entre lo divino y lo mundano.
3. **Atributos: Tiféret** representa la armonía y la integración. Se considera un punto de equilibrio entre las sefirot de la justicia (Gevurá) y la misericordia (Jésed). Es un lugar donde convergen diferentes fuerzas para crear un equilibrio armonioso.
4. **Color y Simbolismo: Tiféret** está asociado con el color amarillo o dorado. Se simboliza a menudo con un rey o una figura humana que simboliza la reunión de cualidades divinas en una forma equilibrada.
5. **Atributo Psicológico: Tiféret** está vinculado con la autoestima, la compasión y la capacidad de equilibrar las diferentes fuerzas dentro de uno mismo. Representa la capacidad de unificar aspectos aparentemente opuestos de la personalidad.
6. **Conexión con el Sol:** En algunos sistemas de la Cábala, **Tiféret** está asociado simbólicamente con el sol. Así como el sol ilumina y nutre la Tierra, **Tiféret** emite una luz espiritual que irradia influencia y armonía.
7. **Relación con el Séptimo Día de la Creación:** En la tradición cabalística, **Tiféret** está vinculado al séptimo día de la creación, el día en que D-os descansó después de completar la obra de la creación. Esto resalta su papel en la manifestación de la perfección y la armonía divina en el mundo.
8. **Oración Asociada:** Una oración común asociada con **Tiféret** es el "Shemá Yisrael", que es una declaración de la unidad de D-os en el judaísmo.

Estos son solo algunos aspectos clave de **Tiféret**, y su interpretación puede variar según la tradición y la escuela de pensamiento dentro de la Cábala.

Cuando llegas a **Tiféret** es un camino arduo, implica la decisión de vivir de manera contraria a la corriente y hacer las cosas de manera diferente implica un deseo de buscar un equilibrio y armonía personal, características asociadas con **Tiféret**. Tener puede interpretarse como una conexión con lo divino, buscando orientación espiritual. La creencia en milagros y la convicción de que no son simplemente casualidades, eso es fe verdadera, refleja la fe en fuerzas más allá de lo material, lo cual está alineado con la esencia espiritual de **Tiféret**.

Inteligencias Múltiples: Un Viaje por las Diversas Facetas del Conocimiento Humano

Howard Gardner, reconocido por su teoría de las inteligencias múltiples, ha desafiado la noción tradicional de inteligencia unitaria, proponiendo que existen diferentes tipos de inteligencias, cada una con habilidades y capacidades particulares. Este concepto, fundamental para apreciar la diversidad de las capacidades humanas, abre las puertas a un entendimiento más profundo de cómo aprendemos y nos relacionamos con el mundo que nos rodea (UNIR, 2019).

Inteligencia Lingüística: El Poder de las Palabras

La inteligencia lingüística, según Gardner, se manifiesta en la capacidad para utilizar el lenguaje en todas sus expresiones y manifestaciones. Desde la poesía hasta la persuasión, aquellos con una fuerte inteligencia lingüística son maestros de la palabra, capaces de comunicar ideas de manera efectiva y articular pensamientos con precisión.

Inteligencia Musical: La Armonía en la Diversidad Sonora

La inteligencia musical destaca la capacidad de percibir y expresarse a través de formas musicales. Aquí, la música se convierte en un lenguaje universal, y quienes poseen esta inteligencia pueden captar matices, crear composiciones y comunicar emociones a través de la armonía y el ritmo.

Inteligencia Lógico-Matemática: La Danza de los Números y el Razonamiento Lógico

La inteligencia lógico-matemática se revela en la capacidad para resolver cálculos matemáticos y aplicar un razonamiento lógico. Desde resolver ecuaciones complicadas hasta encontrar patrones en conjuntos de datos, aquellos con esta inteligencia son hábiles en el mundo abstracto de los números y el pensamiento lógico.

Inteligencia Corporal Cinestésica: El Cuerpo como Expresión del Conocimiento

La inteligencia corporal cinestésica se manifiesta en la capacidad para expresar ideas y sentimientos a través del cuerpo. Bailarines, deportistas y actores son ejemplos de individuos con esta inteligencia, utilizando su cuerpo como un medio para comunicar y comprender el mundo que les rodea.

Inteligencia Espacial: Navegando por el Mundo Visual y Espacial

La inteligencia espacial resalta la capacidad para percibir el entorno visual y espacial y transformarlo. Artistas visuales, arquitectos y diseñadores poseen esta habilidad para visualizar y manipular el espacio, creando obras que exploran las dimensiones visuales del mundo.

Inteligencia Intrapersonal: La Profundidad del Autoconocimiento

La inteligencia intrapersonal se refiere a la capacidad para desarrollar un conocimiento profundo de uno mismo. Aquellos con esta inteligencia son conscientes de sus emociones, motivaciones y metas personales, lo que les permite navegar la complejidad de su mundo interior.

Inteligencia Interpersonal: Tejiendo Conexiones Humanas

La inteligencia interpersonal se revela en la capacidad para relacionarse con los demás, destacando la empatía y la habilidad para interactuar socialmente. Líderes, consejeros y aquellos que entienden las dinámicas sociales poseen esta inteligencia, tejiendo conexiones significativas en el tapiz de las relaciones humanas.

Inteligencia Naturalista: Observadores de la Maravilla Natural

La inteligencia naturalista se manifiesta en la capacidad de observar y estudiar los elementos que componen la naturaleza. Biólogos, naturalistas y amantes de la naturaleza poseen esta inteligencia, conectándose con el mundo natural y comprendiendo la complejidad de los ecosistemas.

(@storyset, 2023)

En conclusión, las inteligencias múltiples de Gardner abren un abanico de posibilidades para entender y apreciar las diversas formas en que los seres humanos interactúan con el conocimiento y el mundo que les rodea. Al reconocer y valorar estas inteligencias, se promueve un enfoque educativo que celebra la diversidad y reconoce la singularidad de cada individuo, fomentando así un aprendizaje más completo y enriquecedor.

Utilizar **Tiféret** para equilibrar y potenciar cada una de las inteligencias múltiples implica incorporar la armonía y la integración en las acciones asociadas a cada tipo de inteligencia.

Aquí hay sugerencias para aplicar **Tiféret** en cada una de las inteligencias múltiples mencionadas:

1. **Inteligencia Lingüística:**
    - **Acción con Tiféret:** Desarrollar la habilidad para comunicar ideas de manera efectiva y articular pensamientos con precisión, buscando un equilibrio entre la poesía y la persuasión. Incorporar la belleza y la armonía en la elección de palabras para expresar pensamientos.
2. **Inteligencia Musical:**
    - **Acción con Tiféret:** Crear composiciones musicales que reflejen armonía y diversidad sonora. Buscar el equilibrio entre los matices y la expresión emocional, utilizando la música como un medio para comunicar mensajes armoniosos.
3. **Inteligencia Lógico-Matemática:**
    - **Acción con Tiféret:** Resolver cálculos matemáticos y aplicar razonamiento lógico con una perspectiva armoniosa. Buscar patrones de manera equilibrada y apreciar la belleza de los números. Enfocarse en la resolución de problemas de manera integral.
4. **Inteligencia Corporal Cinestésica:**
    - **Acción con Tiféret:** Utilizar el cuerpo como expresión del conocimiento de manera equilibrada. En el baile, el deporte o la actuación, buscar la armonía en los movimientos, logrando una comunicación corporal que refleje equilibrio y belleza.
5. **Inteligencia Espacial:**
    - **Acción con Tiféret:** Visualizar y manipular el espacio de manera armoniosa. En el arte visual, la arquitectura o el diseño, crear obras que reflejen la belleza y la armonía en las dimensiones visuales del mundo.
6. **Inteligencia Intrapersonal:**
    - **Acción con Tiféret:** Desarrollar un conocimiento profundo de uno mismo con equilibrio emocional. Buscar la armonía entre las emociones, motivaciones y metas personales. Navegar la complejidad del mundo interior con una perspectiva integradora.
7. **Inteligencia Interpersonal:**
    - **Acción con Tiféret:** Relacionarse con los demás de manera armoniosa. Practicar la empatía y la interacción social con un enfoque equilibrado. Tejer



conexiones significativas en el tapiz de las relaciones humanas, buscando la belleza en la diversidad.

8. **Inteligencia Naturalista:**
   - **Acción con Tiféret:** Observar y estudiar la naturaleza de manera equilibrada. Conectar con el mundo natural apreciando la belleza y la complejidad de los ecosistemas. Desarrollar una relación armoniosa con el entorno natural.

En cada caso, la clave es buscar la armonía, la belleza y el equilibrio en las acciones asociadas a cada inteligencia, integrando la energía de **Tiféret** para potenciar el desarrollo máximo en todas las dimensiones.

Amor, sentimiento, emoción y pasión

Mis queridos amigos y amigas, antes de empezar los siguientes temas haremos un viaje a través de las profundidades de nuestras almas, explorando los ricos matices de lo que nos hace humanos: nuestras emociones, sentimientos, pasiones y el amor (La dichosa palabra, 2022).

El amor, esa sinfonía etérea que danza en las fibras más íntimas del ser, es una manifestación sublime que teje hilos invisibles entre almas afines. Es un sentimiento que se despliega como un exquisito tapiz, en el que cada hilo cuenta una historia única y preciosa como el tejido espacio temporal, y aunque nosotros algún no perece tan fácilmente, es inmortal como la esperanza.

En su esencia, el amor es un estado de gracia que acaricia el corazón, una melodía que resuena en las cámaras más secretas del alma. Es la vibración suave de una armonía celestial que conecta, nutre y eleva. Este sentimiento trasciende el tiempo y el espacio, tejido en la trama misma de la existencia, donde las palabras se vuelven superfluas ante la profundidad de su significado.

La emoción, compañera inseparable del amor, es la paleta de colores que pinta los paisajes del corazón. Es la llamarada que enciende la pasión y la chispa que ilumina el camino hacia la conexión más íntima. Cada mirada, cada roce, es una partitura que compone una sinfonía de emociones, un ballet encantador que eleva el espíritu a alturas desconocidas.

La pasión, ardiente y desbordante, es la llama que consume las sombras y enciende la luz en el alma. Es el fuego sagrado que danza en la fragua del deseo, una fuerza que impulsa a explorar las profundidades de la experiencia humana. En la pasión, se encuentra la energía que transforma lo mundano en lo divino, lo ordinario en lo extraordinario.

Así, el amor, la emoción y la pasión se entrelazan como los hilos de un intrincado bordado, tejiendo la trama de la experiencia humana. Son los elementos que dan significado a la



existencia, la esencia que eleva la vida a una expresión artística, un poema encantador que se despliega en las páginas del corazón.

El hilo dorado que entreteje las palabras más íntimas de nuestro corazón es el Amor. En ese vasto y misterioso océano emocional, las palabras "sentimiento", "emoción" y "pasión" se erigen como faros luminosos que iluminan los recónditos rincones de esta conexión celestial.

El amor es, ante todo, un sentimiento, una resonancia que se percibe más allá de los límites de las palabras. Es la melodía suave que acaricia el alma, una experiencia que nos eleva a alturas indescriptibles. En la miríada de matices que conforman este sentimiento, encontramos la paleta de los sentimientos, cada uno una pincelada única en el lienzo de la conexión humana.

La emoción, esa corriente eléctrica que fluye a través de nuestras venas cuando el amor nos abraza, se convierte en el eco de la melodía. Es la chispa que enciende la llama del afecto, el resplandor en los ojos que revela la danza interna de la alegría, la ternura o incluso la melancolía. Las emociones, como estrellas fugaces, iluminan el firmamento del amor, creando un cielo de experiencias compartidas.

Y luego está la pasión, la fuerza ardiente que infunde vitalidad al amor. Es el fuego que arde en el corazón, la energía que transforma el amor de un estado pasivo a una expresión activa. La pasión es el latido acelerado del corazón, el vértigo de la entrega total, una vorágine de intensidad que eleva el amor a una forma de arte apasionada.

Así, estas palabras —sentimiento, emoción y pasión— son las letras que componen la poesía del amor. Son fragmentos de un lenguaje divino que intenta capturar la inefable grandeza de este sentimiento universal. En la sinfonía del amor, estas palabras resuenan como notas musicales, creando una composición única en cada corazón enamorado.

En este tapiz de la existencia, cada palabra es una joya que refleja la complejidad de nuestra propia esencia. Saber qué es el sentimiento, la emoción y la pasión es sumergirse en el corazón mismo de lo que nos hace vibrar, lo que nos hace humanos.

El sentimiento, esa sinfonía tranquila y duradera que se origina en las experiencias que esculpen nuestras vidas. Como una hoja de balance que llevamos con nosotros, los sentimientos perduran, como el amor que se arraiga en nuestras almas y se teje con las experiencias culturales y cifradas en las páginas de nuestra existencia.

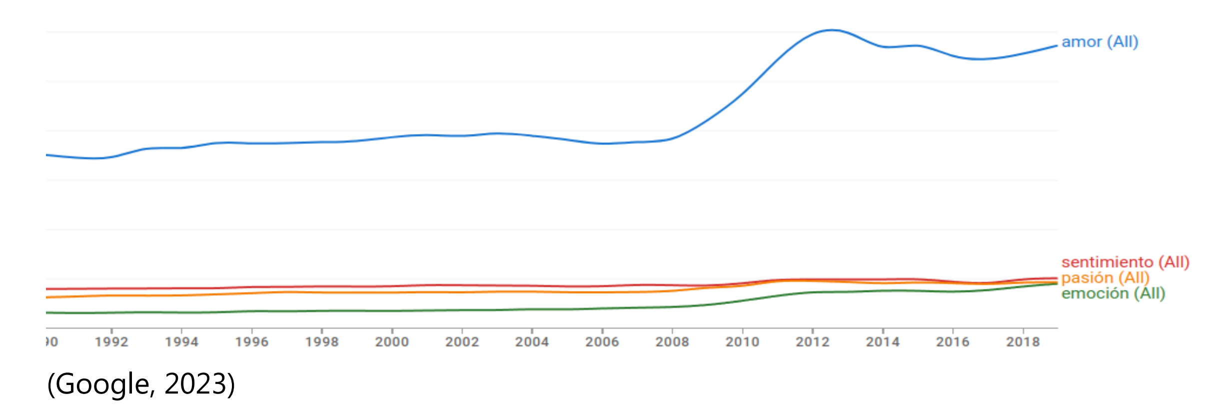
La emoción, esa ráfaga de vida que nos envuelve en su abrazo efímero pero poderoso. Es el radar que nos guía por la travesía de la vida, una alteración del ánimo que nos conecta con el propósito más profundo de nuestro ser. Aunque fugaz, la emoción pinta los días de colores brillantes y nos recuerda que estamos vivos.



Y la pasión, ese fuego ardiente que arde en el corazón, un apetito vehemente que nos impulsa a desear con intensidad. No debemos confundirla con la emoción, ni mucho menos con una simple sensación, ya que la pasión es un torrente desordenado del alma, una perturbación que nos eleva a alturas indescriptibles.

Queridos amigos, en este viaje descubrimos que nuestras emociones son como un poema en constante evolución, una melodía que resuena en los rincones más íntimos de nuestra existencia. La inteligencia emocional, esa luz guía en el camino, nos enseña a manejar las olas de nuestras emociones, a escucharlas como las notas de una sinfonía ancestral que nos conecta con nuestra verdadera esencia.

Analice el uso (número de veces) de las palabras en la literatura escrita en español de 1990 a 2018 y aparece la gráfica del uso de cada una de ellas en y observa la siguiente imagen:



(Google, 2023)

La elección de la importancia de las palabras "amor", "sentimiento", "pasión" y "emoción" en un texto literario puede depender de varios factores, incluyendo el contexto específico de cada texto, el estilo del autor y la temática abordada. Sin embargo, podemos realizar un análisis general considerando la frecuencia de aparición de estas palabras en textos literarios escritos en español.

1. **Amor:**
   - El amor, siendo una de las emociones más universales y poderosas, a menudo ocupa un lugar destacado en la literatura. La riqueza y complejidad del amor como tema han inspirado innumerables obras a lo largo de la historia. Los autores a menudo exploran diversas facetas del amor, desde el romántico hasta el filial, pasando por el platónico o el amor propio. Su presencia frecuente puede deberse a la capacidad del amor para evocar una amplia gama de emociones y experiencias.
2. **Sentimiento:**
   - La palabra "sentimiento" tiene un alcance más amplio y general que "amor". Puede referirse a cualquier experiencia emocional, no necesariamente vinculada al amor romántico. Su posición en segundo lugar sugiere que los autores valoran la exploración de las emociones en general, más allá de la



especificidad del amor. La diversidad de sentimientos puede abordarse en diferentes contextos, lo que le confiere una importancia significativa en la construcción de la trama y el desarrollo de personajes.

3. **Pasión:**
    - La "pasión" ocupa el tercer lugar, lo que indica que, aunque es un elemento crucial, no es tan predominante como el amor y los sentimientos en general. La pasión suele estar asociada con una intensidad emocional y un deseo ardiente, lo que puede limitar su frecuencia en comparación con las palabras más amplias y comunes.
4. **Emoción:**
    - La palabra "emociones" aparece en el último lugar de acuerdo con la frecuencia. Esto podría deberse a que es un término más abarcador que se refiere a un conjunto amplio de experiencias emocionales. Aunque es menos específico que "amor", "sentimiento" o "pasión", aún desempeña un papel importante al señalar la importancia de explorar la riqueza del mundo emocional en la literatura.

En resumen podríamos decir que aproximadamente entre hispanohablantes, el orden del más importante al menos importante de acuerdo con la frecuencia de aparición en textos literarios sugiere una tendencia hacia la centralidad del amor y los sentimientos, seguidos de la pasión y, finalmente, las emociones en general. Sin embargo, es esencial recordar que este análisis es general y puede variar según el contexto específico de cada obra literaria.

Y aunque la preocupación por la inteligencia emocional es reciente en nuestra historia, observamos en las literaturas de antaño la relevancia de los sentimientos duraderos. Las pasiones, con su intensidad arrebatadora, se erigen como dioses en el panteón de nuestras experiencias.

Así, en la trama de nuestras vidas, que cada emoción, cada sentimiento y cada pasión sea una nota que componga la melodía única que nos distingue.

Otro punto de vista

La efectividad de la inteligencia emocional está intrínsecamente ligada a otras habilidades, siendo el lenguaje asertivo un compañero esencial. Ambas habilidades, inteligencia emocional y lenguaje asertivo, comparten una dependencia en el uso de habilidades sociales para una interacción efectiva con los demás. Mientras que la inteligencia emocional destaca en la gestión de las emociones, el lenguaje asertivo emerge como un componente esencial para comunicarse de manera clara y efectiva. Además, el proceso de aprendizaje social, que abarca la inteligencia emocional, la auto-gestión, la empatía y las habilidades sociales, se revela como un requisito fundamental para el desarrollo integral de estas habilidades.

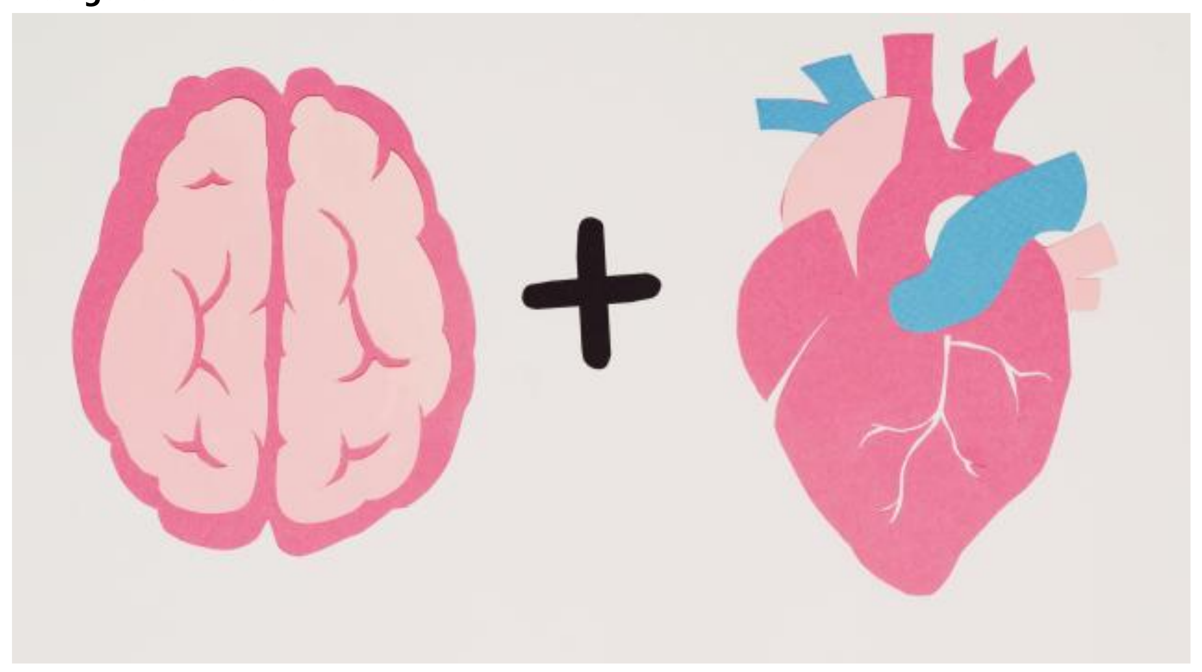
En cuanto al manejo de las emociones y la inteligencia, es crucial destacar la presencia de procesos bioquímicos que escapan a nuestro control y están vinculados al sistema recompensatorio del cerebro (Farid & Diego, 2021). Un ejemplo evidente de esto es el enamoramiento, donde la oxitocina, la serotonina y la dopamina desempeñan roles significativos, ya que, como señala bluehealthcare (2020) (bluehealthcare, 2020), "la neuroquímica juega un papel fundamental en las emociones". Específicamente, la serotonina se asocia con el humor, las emociones y el deseo, mientras que la dopamina se vincula con el placer, la motivación y la euforia. La profesora Donatella Marazziti descubrió que los niveles de serotonina en sangre son un 40% más bajos en personas obsesivas y enamoradas en comparación con sujetos normales, sugiriendo una posible similitud química entre el amor y el trastorno obsesivo-compulsivo (Slater, 2022).

Esta correlación entre los sentimientos, deseos y las hormonas liberadas nos expone a una pérdida de control de los impulsos. Si no gestionamos adecuadamente lo que sentimos, corremos el riesgo de actuar de manera irracional, dejándonos llevar por los deseos y tomando decisiones apresuradas. La comprensión de esta interrelación es esencial, ya que nos permite reconocer cómo nuestras emociones afectan nuestras acciones y decisiones.

Como señalan Farid & Diego (2021), existen condiciones materiales que provocan reacciones químicas favorables a ciertos comportamientos y estados de ánimo. Conocer nuestras habilidades y preferencias es fundamental para mejorarlas, ya que nuestras habilidades desarrolladas están estrechamente relacionadas con nuestros gustos. Este conocimiento nos capacita para enfocarnos en actividades que fomenten nuestro desarrollo personal y se alineen con nuestras pasiones. Además, esta conexión está intrínsecamente ligada a la inteligencia emocional, ya que el bienestar emocional es esencial no solo para llevar a cabo actividades que mejoren nuestras habilidades creativas o resuelvan problemas, sino también para el autoconocimiento inherente a la inteligencia emocional.



Inteligencia Emocional



(Nadezha Moryak, 2023)

El intrincado laberinto de la inteligencia emocional, un terreno donde las emociones son los hilos que tejen el tapiz de nuestras vidas como explique anteriormente. Permíteme guiarte a través de los cuatro puntos fundamentales de la inteligencia emocional, un viaje emocionante que nos llevará desde el autoconocimiento hasta el dominio de nuestras propias emociones y la comprensión profunda de los demás (Goleman, La práctica de la inteligencia emocional, 1998) (Goleman, Versión Completa. Los beneficios de la inteligencia, 2018) (Goleman, Inteligencia emocional, 2021).

I. Comencemos con el conocimiento de uno mismo, un viaje hacia lo más profundo de nuestro ser. Saber lo que sentimos y por qué lo sentimos es el primer paso para entender las complejidades de nuestras emociones. Este autoconocimiento nos permite determinar las consecuencias de nuestras acciones, discernir entre lo que hacemos bien y lo que hacemos mal. Es el espejo que nos refleja nuestra verdad interior, una brújula que nos guía en el camino de la autenticidad.
II. Pero no basta con conocerse a uno mismo; la verdadera maestría viene con la capacidad de gestionarse a sí mismo. Aquí, en este segundo punto, nos adentramos en el territorio de la autorregulación emocional. Es la habilidad de alcanzar nuestras metas controlando nuestras emociones, de pensar de manera positiva y manejar las emociones perturbadoras con gracia. Como navegantes en este mar de emociones, el mal manejo puede llevarnos a la destrucción o al fracaso. Es el timón que nos guía a través de las tormentas, asegurándonos de que nuestras emociones no nos arrastren hacia la oscuridad.

III. La empatía, el tercer punto, nos lleva a un reino de comprensión profunda de los demás. Es la capacidad de entender lo que sienten los demás, de ver el mundo a través de sus ojos. En este viaje, la empatía se convierte en un faro que ilumina las complejidades de las relaciones humanas. Las habilidades comunicativas se elevan como una herramienta esencial, ya que las palabras a menudo no dicen todo. Observar el comportamiento no verbal, el tono de voz, es fundamental. Aquí, en este punto, nos convertimos en narradores de historias a través de gestos y miradas, creando un puente entre almas.

IV. Finalmente, llegamos al cuarto punto, donde nos sumergimos en el arte de manejar bien las relaciones. Aquí, las habilidades sociales toman el centro del escenario. Cómo nos relacionamos con los demás, cómo colaboramos y trabajamos en equipo, cómo resolvemos conflictos y nos comunicamos, se convierten en habilidades que definen nuestras interacciones. Es el último acto en este drama humano, donde aprender a persuadir, escuchar y comprender se vuelve crucial para navegar por las aguas de la convivencia.

La inteligencia emocional, este tesoro escondido dentro de nosotros, nos brinda un entendimiento más profundo de nosotros mismos y del mundo que nos rodea. Pero, ¿cómo llegamos a adquirir estas habilidades? La educación emocional es la llave, pero lamentablemente, en muchas ocasiones, la información que recibimos proviene de fuentes menos argumentativas como la televisión o internet.

La falta de educación emocional se convierte en un obstáculo para la sociedad, y es por eso que ha comenzado a implementarse en las escuelas. Daniel Goleman nos advierte que, si no abordamos este tema preventivamente en las escuelas, las empresas se verán obligadas a resolverlo de manera terapéutica cuando estos jóvenes ingresen al mundo laboral. Es un llamado a la acción para cultivar el civismo y la prosperidad económica en nuestra comunidad.

Pero surge una pregunta: ¿es más valiosa una persona con múltiples inteligencias que otra con inteligencia emocional? Ambas son cruciales. Las inteligencias múltiples reconocen diferentes formas de aprender, permitiendo que todas las personas tengan éxito. Sin embargo, la inteligencia emocional es igualmente vital, ya que nos ayuda a controlar y regular nuestras emociones. No podemos controlar lo que sentimos, pero debemos aprender a manejarlo, a aprender de nuestros errores y fracasos.

Goleman nos insta a entender que cada emoción tiene su lugar y su significado importante. El problema surge cuando las emociones son tan intensas que no sabemos manejarlas, cuando se vuelven inapropiadas o duran demasiado tiempo. La falta de educación emocional nos puede distraer de nuestros objetivos y metas. Los errores y las frustraciones no deben ser simplemente momentos de sufrimiento, sino oportunidades para aprender y crecer. La clave está en no dejarnos atrapar por emociones desbordantes que nos aparten de nuestros objetivos.

Las personas que controlan mejor sus emociones, según Goleman, son más exitosas que aquellas que solo poseen un alto coeficiente intelectual. Las habilidades que nos brinda la inteligencia emocional, como la capacidad de motivarnos, perseverar a pesar de las frustraciones, controlar impulsos y regular estados de ánimo, son fundamentales para el éxito en la vida.

La inteligencia emocional no solo es crucial a nivel individual, sino que también tiene un impacto significativo en el ámbito laboral. Empresas visionarias comprenden la importancia de que las escuelas aborden la educación emocional de sus futuros empleados. La inversión en estas habilidades desde una edad temprana se traduce en un aumento del civismo y la prosperidad económica en la comunidad.

Sin embargo, Goleman nos advierte que la inteligencia emocional no se trata de anular nuestras emociones, sino de manejarlas de manera efectiva. Ignorar las distracciones, concentrarse en nuestras metas y aprender a reenfocarnos cada vez que nos desviamos son prácticas esenciales. No se trata de evitar las emociones, sino de dirigirlas y utilizarlas como herramientas para el crecimiento personal y profesional.

En conclusión, la inteligencia emocional es un viaje apasionante hacia la comprensión de nosotros mismos y de los demás. Nos invita a explorar los intrincados senderos de nuestras emociones, a cultivar la empatía, a gestionar nuestras acciones y relaciones con destreza. Es una llamada a la acción para fomentar la educación emocional en nuestras escuelas y comunidades, creando individuos más equilibrados y sociedades más prósperas.

En el universo de la inteligencia emocional, cada uno de nosotros es un protagonista, un narrador de nuestra propia historia. Que este viaje nos inspire a abrazar nuestras emociones, a comprenderlas y a utilizarlas como fuerzas motrices hacia un futuro más pleno y significativo.

Armonía de la emociones en la Inteligencia emocional

La idea practicar la oración y reflexión, es algo que puede asociarse con la búsqueda de equilibrio y armonía interior. También es la acción de ofrendar cosas valiosas sin esperar nada a cambio muestra una actitud desinteresada y generosa, valores que también están en línea con la compasión y la belleza de **Tiféret**.

Lo más difícil poner confianza en lo invisible, la decisión de poner confianza en alguien que no se puede ver resuena con la fe y la conexión espiritual, elementos que son fundamentales en la comprensión de **Tiféret** en la cábala.

En la Kabbalah se asocia con conceptos como la belleza, la armonía y el equilibrio. Puede establecerse una conexión interesante entre **Tiféret** y la inteligencia emocional, ya que ambas se centran en aspectos relacionados con la armonía interior, la conexión emocional

y la integración equilibrada de las emociones. Aquí hay algunas similitudes y cómo **Tiféret** se relaciona con el amor:

1. **Armonía Emocional:**

- **Tiféret:** Representa el equilibrio y la armonía en el Árbol de la Vida. En términos emocionales, esto puede reflejar la capacidad de gestionar y equilibrar diversas emociones para mantener un estado de armonía interior.
- **Inteligencia Emocional:** Implica la capacidad de reconocer, comprender y gestionar las propias emociones y las de los demás. La armonía emocional es esencial para construir relaciones saludables.

2. **Compasión y Empatía:**

- **Tiféret:** La compasión y la empatía son aspectos de la belleza espiritual que **Tiféret** representa. Se relaciona con la capacidad de conectar con los demás desde un lugar de comprensión y amor.
- **Inteligencia Emocional:** La compasión y la empatía son componentes clave de la inteligencia emocional, ya que permiten construir relaciones sólidas al comprender y responder a las emociones de los demás.

3. **Integración de Aspectos Diversos:**

- **Tiféret:** En el Árbol de la Vida, **Tiféret** actúa como un punto de integración de las sefirot superiores e inferiores, simbolizando la conexión entre lo divino y lo terrenal.
- **Inteligencia Emocional:** La integración de diversas emociones y la habilidad para comprender y aceptar las propias emociones contribuyen a una inteligencia emocional más elevada.

4. **Relación con el Amor:**

- **Tiféret:** El amor, desde la perspectiva de **Tiféret**, se presenta como una manifestación de la belleza divina en la creación. Es un amor que equilibra y armoniza, conectando las esferas superiores e inferiores.
- **Inteligencia Emocional:** En el contexto de la inteligencia emocional, el amor se relaciona con la capacidad de establecer y mantener relaciones saludables, construir conexiones emocionales y expresar afecto de manera equilibrada.

Tanto **Tiféret** como la inteligencia emocional buscan la armonía y la conexión en diferentes niveles. **Tiféret**, al representar la belleza y el equilibrio en la Kabbalah, ofrece una perspectiva espiritual única que puede resonar con los principios de la inteligencia emocional, especialmente en lo que respecta al amor, la empatía y la armonía emocional.

Equilibrio del ser y nuestras emociones

La inteligencia emocional, un intrincado laberinto donde las emociones tejen nuestras vidas, se convierte en un fascinante viaje que nos conduce desde el autoconocimiento hasta el dominio de nuestras emociones y la comprensión profunda de los demás.

I. Conocimiento de uno mismo: Tiféret y el viaje a lo profundo del ser

El primer punto, el autoconocimiento, nos sumerge en las profundidades de nuestro ser, un territorio que en la Cábala se asocia con **Tiféret**. En el Árbol de la Vida, representa la belleza y la armonía, siendo el punto de equilibrio entre las sephirah de la emoción y la razón. Al igual que en la inteligencia emocional, comprender lo que sentimos y por qué lo sentimos nos permite encontrar el equilibrio, discernir entre acciones positivas y negativas, y reflejarnos auténticamente en el espejo interior.

II. Autorregulación emocional: El timón que guía a través de las tormentas

El segundo punto, la capacidad de gestionarse a sí mismo, nos lleva al territorio de la autorregulación emocional. Este aspecto se asemeja a la función de **Tiféret** como el equilibrador, el timón que nos guía a través de las tormentas emocionales. En la tradición cábala, **Tiféret** representa la integración de las emociones, permitiendo que fluyan sin arrastrarnos hacia la oscuridad.

III. Empatía y comprensión: Tiféret como faro iluminador

El tercer punto, la empatía, nos sumerge en la comprensión profunda de los demás, una habilidad iluminada por **Tiféret**. Al entender lo que sienten los demás y ver el mundo a través de sus ojos, creamos puentes entre almas, algo que **Tiféret** simboliza en su función de armonizador de las sephirah circundantes.

IV. Habilidades sociales y relaciones: El papel central de Tiféret

Finalmente, en el cuarto punto, nos sumergimos en el arte de manejar bien las relaciones, un terreno donde las habilidades sociales, representadas por **Tiféret** en el Árbol de la Vida, toman el centro del escenario. Cómo nos relacionamos, colaboramos y comunicamos refleja la armonía y el equilibrio que **Tiféret** representa en la Cábala.

La inteligencia emocional, como tesoro escondido, nos brinda un entendimiento profundo de nosotros mismos y del mundo. La educación emocional, clave para adquirir estas habilidades, se convierte en un llamado a la acción, algo que resonaría con la necesidad de cultivar civismo y prosperidad en la tradición cábala, reflejado en **Tiféret** como punto de equilibrio.



La pregunta sobre la valoración relativa entre múltiples inteligencias y la inteligencia emocional encuentra un eco en la importancia atribuida a **Tiféret** como equilibrador en el universo emocional. El llamado de Goleman a entender y manejar cada emoción encuentra resonancia en la necesidad de dirigir las energías emocionales, algo que **Tiféret** simboliza como armonizador.

Tiféret es un sefirah en la tradición de la Cábala, que se encuentra en la Séfira del Árbol de la Vida. Representa la belleza, la armonía y la integración. Conseguir el equilibrio de **Tiféret** implica armonizar y equilibrar diversas fuerzas y aspectos de la vida para alcanzar un estado de integridad y belleza.

[Tiféret]: Conexión Espiritual:

Tiféret está vinculada a la conexión espiritual a través de la experiencia de la unidad y la síntesis con lo divino. Implica la capacidad de transcender dualidades y experimentar la belleza espiritual que emana de la unidad de todas las cosas.

Tiféret se sitúa en el centro del Árbol de la Vida, sirviendo como un punto de equilibrio entre las sefirot superiores y las inferiores. Esta posición central simboliza la conexión entre los aspectos espirituales más elevados y la realidad material. La búsqueda de equilibrio espiritual implica integrar las fuerzas divinas de amor y disciplina, misericordia y juicio.

Actúa como una síntesis de las energías de las sefirot circundantes. Representa la integración armónica de las diversas emanaciones divinas. La conexión espiritual en Tiféret implica la capacidad de unificar y equilibrar las polaridades espirituales, creando así una experiencia espiritual más completa y armoniosa.

Tiféret es conocido como el "centro de la belleza" en la Cábala. Esta belleza espiritual no se refiere solo a lo estético, sino a la perfección y armonía que resultan de la integración divina. La conexión espiritual con Tiféret implica la capacidad de percibir y experimentar la belleza en todas las cosas, reconociendo la presencia divina en cada aspecto de la creación.

En algunos contextos, Tiféret se asocia con el corazón espiritual. La conexión espiritual aquí implica abrir el corazón para recibir y expresar amor divino. Implica también la capacidad de comprender y perdonar, cultivando así una conexión más profunda con lo divino y con los demás.



Tiféret representa la belleza y la armonía, sirviendo como el corazón sagrado de todo el esquema, donde la divinidad del árbol superior se encuentra con lo mundano del árbol inferior.

En Tiféret, no hay enemigos, sino que todos son amigos separados que se han reunido en la alegría. Es un lugar donde los viejos se rejuvenecen, la sabiduría se mantiene intacta y los jóvenes se animan a jugar, explorar y crecer. Es una especie de celebración o jubileo, como una feria de verano donde toda la familia se vuelve a encontrar en casa.

Los sueños y los recuerdos se reencuentran entre risas, y hay una respuesta para cada pregunta. Se describe como un lugar donde el desierto y el mar se unen en una playa apacible y dorada, siendo la "ciudad de oro", el mejor de todos los lugares donde el alma inmortal encuentra su morada, lejos de las tribulaciones de las aventuras en el mundo físico.

Tiféret está asociado con el sol, siendo la esfera más radiante y expresiva. Ocupa un lugar de equilibrio dinámico entre las esferas universales del árbol superior y las esferas más personales del yo interior. Es el punto de enfoque de las fuerzas divinas, siendo la fuente de lo divino en la vida.

Se menciona que la inteligencia encarnada en Tiféret es particularmente pura y desapasionada, siendo la parte de la mente que está escuchando cuando uno se habla a sí mismo. Aquí, las emociones, las asociaciones, las necesidades y las experiencias tienen lugar más abajo en el árbol, dejando al alma libre de estas cargas.

El texto también enfatiza que en Tiféret no hay celos, rencor, dolor ni lujuria, sino compasión, paz y aceptación suficientes para el mundo entero. Se describe como una ciudad grande y en expansión hecha de oro puro, donde todos los edificios están construidos con ladrillos de oro y las calles están pavimentadas con losas de oro. Es un lugar de eterna calma, donde las personas eternas se reúnen como viejos amigos en el mismo corazón de la ciudad.

En resumen, Tiféret es una esfera de armonía, belleza y misericordia en la Cábala, que representa el equilibrio dinámico entre lo divino y lo mundano, y es un lugar de paz, compasión y aceptación para todos.

La conexión espiritual con Tiféret involucra el proceso de desarrollo personal y espiritual. A medida que se buscan la armonía y la belleza espiritual, se emprenden caminos de autoexploración, autoaceptación y crecimiento interior. La conexión espiritual con Tiféret implica avanzar hacia una versión más equilibrada y completa de uno mismo.

La expresión de Tiféret también puede implicar el servicio desinteresado. La conexión espiritual se manifiesta cuando uno busca contribuir al bienestar de otros, reflejando la generosidad y compasión divinas en las acciones cotidianas.

En resumen, la conexión espiritual con Tiféret en la Cábala se trata de encontrar el equilibrio, la armonía y la belleza en la experiencia espiritual. Es un llamado a integrar las energías divinas y a reflejar la luz divina en el mundo a través de acciones conscientes y una vida espiritual plena.

[Tiféret]: Parte del Cuerpo Representada y su Conexión:

Tiféret se asocia con el corazón. Metafóricamente, el corazón se considera el centro de equilibrio y armonía, y Tiféret refleja esta cualidad en la estructura del Árbol de la Vida.

Al explorar esta conexión, nos adentramos en el misterioso tejido que vincula lo divino con lo humano, lo celestial con lo terrenal.

El corazón, desde tiempos inmemoriales, ha sido considerado el epicentro de la experiencia humana. No solo es el órgano que impulsa la vida a través de nuestras venas, sino que también ha sido el emblema de las emociones más profundas y la morada de nuestra esencia espiritual. Tiféret, ubicada en el centro del árbol de la vida, comparte esta posición central con el corazón en el cuerpo humano. Esta coincidencia no es casualidad, sino un reflejo del profundo simbolismo que une a Tiféret con el corazón.

Tiféret, la sefirá de la belleza y la armonía, sirve como mediadora entre las fuerzas opuestas que residen en otras sefirot. En este sentido, se asemeja al corazón, que equilibra la vida a través de sus pulsaciones rítmicas, unificando la dualidad de la existencia.

Tiféret también comparte la cualidad de ser el sitio donde convergen las energías superiores. De manera similar, el corazón es el epicentro de la circulación sanguínea, proporcionando vida y nutrición a cada rincón del cuerpo. Esta convergencia en Tiféret se manifiesta como la fusión equilibrada de lo divino y lo humano, una expresión arquetípica de la sabiduría divina que fluye a través del corazón humano, unificando el espíritu con la carne.

El corazón, en muchas tradiciones, también se asocia con la emoción y la compasión. Tiféret, al ser la sefirá de la belleza, refleja la compasión divina que emana desde el centro mismo del universo. La conexión entre Tiféret y el corazón sugiere que la verdadera belleza se encuentra en la capacidad de amar y comprender a los demás. Así como Tiféret armoniza las fuerzas cósmicas, el corazón, cuando se abre en compasión, busca unificar a la humanidad a través del amor.

En conclusión, la relación entre Tiféret y el corazón revela una danza sagrada entre lo divino y lo humano, la armonía que yace en el centro de la existencia. Tiféret, como el corazón del árbol de la vida, nos recuerda la importancia de buscar la belleza y la armonía en medio de la dualidad, mientras que el corazón, como el Tiféret del cuerpo humano, late como un recordatorio constante de la conexión entre el alma y el mundo que la rodea. En

esta unión, encontramos la esencia misma de la vida: un pulso constante que late en la sinfonía eterna del universo.

Tiféret representa el Centro de la Individualidad, donde descubres tu verdadera identidad, que te prepara para cruzar la barrera del Velo del Templo (Cuerpo) y comprender que todos somos iguales en nuestro corazón (Cabalá, 2012)

La conexión entre Tiféret y el corazón se basa en varios aspectos simbólicos:

a) **Armonización y Equilibrio:** Tiféret representa la síntesis y armonización de las fuerzas opuestas en el árbol sefirótico, especialmente las sefirot de Jésed (Misericordia) y Geburá (Fuerza). Al igual que el corazón físico que bombea sangre, equilibrando el flujo entre las diferentes partes del cuerpo, Tiféret equilibra y armoniza las energías en la creación.
b) **Centro del Árbol de la Vida:** Tiféret se encuentra en el pilar central del Árbol de la Vida, en el que también se encuentra el órgano central del corazón. Esta posición central sugiere un papel fundamental en la regulación y equilibrio de las emanaciones divinas, similar a la función del corazón en el cuerpo humano.
c) **Expresión de Amor y Compasión:** El corazón, en muchas tradiciones espirituales y filosóficas, se asocia con el amor y la compasión. Tiféret, al representar la belleza y la armonía, se vincula con la idea de un amor divino que fluye y se expresa a través de la creación.
d) **Centro de la Conciencia:** Algunas interpretaciones cabalísticas ven el corazón como el centro de la conciencia y la espiritualidad en el ser humano. Tiféret, como el centro del Árbol de la Vida, se asocia con la conciencia y la conexión espiritual.

La cábala está relacionada con nuestro cuerpo un ejemplo de ello son los estudios realizados por el Dr. Francisco Marchetti en su libro "Biología Molecular y Cábala Hebrea", aborda el proceso de gestación y embriogénesis humana desde dos perspectivas: científica y cabalística.
En la Cabalá, se mencionan las "diez sefirot" del Árbol de la Vida, que representan dimensiones de energía en la creación. Estas sefirot se remontan al texto antiguo "Sefer", que algunos atribuyen al patriarca Abraham o a los esenios, una comunidad judía del pasado. Según la Cabalá, D-os creó todo, incluido el ser humano, a través de estas diez dimensiones de energía.
El proceso de gestación humano se relaciona con estas diez sefirot. Por ejemplo, la primera etapa, llamada el mundo de la emanación, se asocia con la unión del óvulo y el espermatozoide en la trompa uterina. La segunda etapa, el mundo de la creación, se relaciona con las primeras etapas de desarrollo del embrión. La tercera etapa, el mundo de la formación, se refiere a la formación de los órganos y la estructura del embrión. Finalmente, el mundo de la acción, llamado Assiah, se asocia con el parto.
Desde la perspectiva científica, se observa que durante la gestación, dos hormonas importantes son los estrógenos y la progesterona. Estas hormonas protegen al embrión durante todo el proceso de desarrollo. Por ejemplo, la progesterona ayuda a mantener el



embarazo hasta el noveno mes. Sin embargo, en el noveno mes, tanto los estrógenos como la progesterona disminuyen bruscamente, lo que desencadena el parto. Y por lo tanto, ya en la décima sefirot que sería el décimo mes, ocurre el nacimiento, el alumbramiento. Por lo tanto, tenemos tres, seis, nueve, la décima, la creación. Desde la cábala, la creación no puede sobrepasar estas diez dimensiones. Desde la perspectiva del Dr. Marchetti científicamente. ¿Por qué ocurre esto que la cábala? nos explica, que no el ser humano en su nacimiento no puede pasar más de 10 dimensiones, a lo sumo 9 dimensiones (9 meses).

"*Cuando llegamos al mes 9, a los 270 días o a las 36 semanas, que ocurre tanto los estrógenos como la progesterona caen bruscamente, y al caer bruscamente se produce el parto, el alumbramiento. ¿Qué nos está diciendo esto? Que tanto la progesterona como los estrógenos han servido de protección al embrión durante todo el embarazo, hasta el noveno mes o hasta el día 270 o las 36 semanas. Por lo tanto, son hormonas que protegen al embrión, que protegen al feto en todo el desarrollo gestacional. Este fenómeno es muy interesante para entender también por qué en los primeros tres meses de gestación o de embarazo se producen la mayor cantidad de abortos, porque la progesterona, tanto como los estrógenos, están en niveles muy bajos de sangre. Pero sobrepasado este instante, cuando ya comienzan a ascender la progesterona, entonces ya los riesgos de aborto son muy pocos. Por lo tanto, la progesterona es una hormona que sostiene durante todo el período el proceso de la gestación hasta el noveno mes. Y ¿por qué cae la progesterona en el noveno mes? Bueno, la respuesta la tenemos aquí en la cábala. Porque toda gestación se desarrolla en estos tres mundos: el mundo de Assiah, el mundo de la creación o Beriah, y el mundo de la formación o Yetzirah. Y de aquí no pueden pasar. El próximo salto es el alumbramiento o el nacimiento o el parto, como ustedes quieran llamarlo. Por lo tanto, la molécula protectora del desarrollo gestacional tiene que forzosamente descender, desaparecer de la sangre en el noveno mes, porque así lo ha determinado la divinidad, la inteligencia suprema, el orden superior del universo. No hay creación que pueda sobrepasar estas diez dimensiones de energía. Parece a veces extraño, ¿no?, que el proceso de la creación responda a una lógica tan matemática, a una ley divina tan estricta, tan inquebrantable. La creación es un plan perfecto de la divinidad, un plan matemático donde los números se interrelacionan con las figuras geométricas, creando la forma y por fin insuflándonos la vida*" (Marchetti, Dr. Francisco Marchetti - Creación y Cábala, 2023).

La conexión entre la Cabalá y la biología molecular muestra cómo diferentes dimensiones de energía y procesos biológicos se entrelazan en la creación y el desarrollo humano. La comprensión de estos procesos desde ambas perspectivas puede proporcionar una visión más completa y profunda del milagro de la vida.

[Tiféret]: Acciones para Equilibrar la Sefirá:

1. **Meditación de la Unidad:** Practicar meditaciones que fomenten la experiencia de la unidad y la síntesis, implica dedicar tiempo a la meditación con el objetivo de sentirse conectado y experimentar la totalidad de las cosas. Aquí hay una



explicación más sencilla. Cuando meditas para experimentar la unidad y la síntesis, intentas calmar tu mente y enfocarte en la sensación de estar conectado con todo lo que te rodea. Puedes hacerlo de la siguiente manera:

a) **Encuentra un lugar tranquilo:** Busca un espacio tranquilo donde puedas sentarte cómodamente sin distracciones.
b) **Cierra los ojos:** Cierra suavemente los ojos para reducir las distracciones externas y dirigir tu atención hacia adentro.
c) **Respira profundamente:** Comienza a respirar profundamente y conscientemente. Concéntrate en la inhalación y exhalación.
d) **Visualización:** Imagina que estás rodeado por una luz cálida que te conecta con todo lo que existe. Puedes visualizar esta luz como un lazo que une todo en una red armoniosa.
e) **Siente la conexión:** Mientras respiras, trata de sentir la conexión con todo: con la naturaleza, con otras personas y contigo mismo. Percibe esa sensación de unidad y comprensión.
f) **Mantras o afirmaciones:** Puedes repetir mantras o afirmaciones que refuercen la idea de unidad y síntesis. Por ejemplo, "Todo está interconectado" o "Soy parte de un todo armonioso".
g) **Permanece en el momento:** Intenta no dejar que pensamientos dispersos te saquen del momento. Si tu mente divaga, simplemente vuelve tu atención a la sensación de unidad que estás cultivando.

2. **Cultivo de la Empatía:** Desarrollar la capacidad de comprender y apreciar las diferentes perspectivas. Ejemplo:

   Cuando Tiféret actúa como mediadora entre Jésed y Geburá, utiliza ambas sefirot pero en cantidades que implican un modo de actividad diferente. Un ejemplo es la tarea de un presidente que tiene un departamento de estado (Jésed) que trabaja para construir relaciones amistosas, mientras que el departamento de defensa (Geburá) se prepara para la guerra contra naciones belicosas. Ambos departamentos tienen ideologías incompatibles que se utilizan como herramientas para un objetivo más elevado, la supervivencia y el desarrollo. La visión del presidente incluye ambas ideologías como partes de un todo (Leiverman, s.f.).

[Tiféret]: ¿Qué Ayuda a Equilibrar la Sefirá? ¿Qué la Desequilibra?

Ayuda a Equilibrar:

- **Búsqueda de Armonía:** Buscar la armonía en las relaciones y situaciones.
- **Práctica de la Compasión:** Cultivar la compasión y la empatía.
- **Encontrar nuestro Yo interior:**
  - Permite una mayor autoconciencia y comprensión de uno mismo.
  - Facilita la identificación de valores, creencias y metas personales.

- Ayuda a tomar decisiones más alineadas con nuestros deseos y necesidades auténticas.
- Promueve la aceptación y la paz interior al reconocer y abrazar nuestras fortalezas y debilidades.
- Fomenta el crecimiento personal y el desarrollo emocional al explorar nuestros pensamientos, emociones y experiencias internas.

- **Autoestima:**
  - Mejora la confianza en uno mismo y la seguridad personal.
  - Promueve sentimientos de valía y dignidad propios.
  - Facilita la capacidad de establecer límites saludables en las relaciones interpersonales.
  - Ayuda a enfrentar los desafíos y adversidades con una actitud positiva y resiliente.
  - Contribuye a una mayor satisfacción con la vida y al bienestar emocional general.
- **Balance entre independencia y amor:**
  - Permite mantener relaciones saludables y equilibradas.
  - Facilita el desarrollo de la autonomía y la independencia personal.
  - Fomenta la conexión emocional y el apoyo mutuo en las relaciones.
  - Ayuda a establecer límites claros y a respetar las necesidades individuales dentro de la dinámica de pareja o de cualquier relación íntima.
  - Promueve un sentido de realización y satisfacción al encontrar el equilibrio entre la individualidad y la conexión interpersonal.
- **La paz interior:** Promueve una sensación de calma y serenidad que contribuye al bienestar emocional. Ayuda a reducir el estrés, la ansiedad y la angustia emocional, permitiendo una mayor estabilidad emocional y una respuesta más equilibrada ante las situaciones difíciles. Al experimentar paz interior, la mente tiende a estar más clara y enfocada. Esto facilita la toma de decisiones y la resolución de problemas, ya que se puede pensar con mayor claridad y objetividad sin estar distraído por el ruido mental o las preocupaciones constantes. Está vinculada a una mejor salud física. La reducción del estrés y la ansiedad contribuye a un sistema inmunológico más fuerte, una presión arterial más baja y una mejor calidad del sueño. Además, las personas con paz interior tienden a adoptar hábitos de vida más saludables, como una alimentación equilibrada y la práctica regular de ejercicio. Fomenta la empatía, la comprensión y la comunicación efectiva en las relaciones interpersonales. Al estar en paz consigo mismo, se desarrolla una mayor capacidad para conectarse genuinamente con los demás, lo que fortalece los lazos afectivos y reduce los conflictos. Las personas que experimentan paz interior suelen ser más resilientes frente a las adversidades y los desafíos de la vida. Mantienen una actitud positiva y una mentalidad flexible que les permite adaptarse a las circunstancias cambiantes sin perder su equilibrio emocional. paz interior proporciona un sentido de satisfacción y plenitud, ya que permite conectarse con un propósito más profundo y encontrar significado en la vida. Esto puede llevar a

una mayor sensación de realización personal y a una búsqueda más activa de la felicidad auténtica y duradera.

Ayuda a Desequilibrar:

- **Falta de Integración:** La resistencia a integrar diferentes aspectos de la vida.
- **Extremos Emocionales:** La falta de equilibrio emocional puede desequilibrar Tiféret.
- **Narcisismo:**
  - El narcisismo se caracteriza por un excesivo amor propio, falta de empatía hacia los demás y una necesidad constante de admiración.
  - Puede generar relaciones interpersonales superficiales y manipuladoras, ya que las personas con tendencias narcisistas tienden a centrarse en sí mismas y en la búsqueda de gratificación personal.
  - El narcisismo puede interferir con la capacidad de establecer conexiones auténticas y significativas con los demás, ya que las relaciones pueden ser percibidas principalmente como medios para obtener atención y reconocimiento.
  - Las personas con rasgos narcisistas pueden experimentar dificultades en el trabajo en equipo y en la colaboración, ya que tienden a priorizar sus propios intereses sobre los objetivos grupales.
- **Abandono:**
  - El abandono puede provocar sentimientos de inseguridad, baja autoestima y ansiedad en quienes lo experimentan.
  - Puede generar dificultades para establecer relaciones íntimas y duraderas, ya que el miedo al abandono puede llevar a comportamientos de evitación o apegos poco saludables.
  - El abandono también puede tener repercusiones emocionales a largo plazo, como la dificultad para confiar en los demás o el desarrollo de patrones de relación disfuncionales.
- **Soledad:**
  - La soledad puede tener efectos negativos en la salud mental y física, incluyendo la depresión, la ansiedad y un mayor riesgo de enfermedades cardiovasculares.
  - Puede generar sentimientos de aislamiento, alienación (sensación de separación o distanciamiento de uno mismo, de los demás o del entorno) y desconexión, lo que puede afectar negativamente la autoestima y el bienestar emocional.
  - La soledad crónica puede llevar a comportamientos autodestructivos, como el abuso de sustancias o la evitación social, como mecanismos para lidiar con la angustia emocional.
  - La soledad también puede interferir con el desarrollo de habilidades sociales y la capacidad de establecer relaciones significativas y satisfactorias con los demás.

[Tiféret]: Acciones para Practicar Sefirá:

1. **Práctica de Gratitud:** Cultivar la gratitud por la belleza en la vida diaria.
2. **Armonización de Energías:** Buscar equilibrar las energías masculinas (Netsaj, Geburá y Jojmá) y femeninas (Hod, Geburá y Biná) dentro de uno mismo. Tiféret actúa como un punto de equilibrio donde las fuerzas opuestas se fusionan y se integran de manera armoniosa.
3. **Creación Artística:** Participar en actividades creativas para expresar la belleza interior.
4. **Apreciación de la Naturaleza:** Conectar con la belleza de la naturaleza para experimentar armonía.
5. **Desarrollo de la Empatía:** Practicar la empatía y la comprensión en las interacciones sociales.

Tiféret es una sefirá importante en la tradición de la Cábala, ya que representa la armonía y la síntesis de las fuerzas opuestas en el universo. Es la sefirá del equilibrio, la perfección y la belleza, y se la considera como el centro del universo y la fuente de la energía y la luz. También se la asocia con la idea del sacrificio, el amor y la compasión, y se cree que es a través de la unión con Tiféret que se puede alcanzar la unión con lo divino.

Es la fuerza que equilibra la bondad y la fuerza divina, lo que permite la creación. Tiféret representa la armonización de fuerzas opuestas, la compasión y la disciplina, y se encuentra en el centro del Árbol de la Vida. (wikipedia, 2023).

Tiféret representa el equilibrio entre dar y recibir, la dimensión del amor y la paz interior. Es la base de la autoestima y la automotivación, permitiéndonos superar desafíos y perseguir metas. La crítica externa no debe afectar nuestra autoestima, que es el motor de nuestra automotivación.

Netsaj

Netsaj, la séptima Sefirá en el Árbol de la Vida de la Cábala, una emanación que representa la perseverancia, la victoria y la energía dinámica. Netsaj se encuentra en el pilar izquierdo del Árbol y está asociada con la fuerza creativa que impulsa la manifestación de la realidad, la constancia de D-os en llevar a cabo su plan de creación es un ejemplo de perseverancia divina, la creación es una manifestación de la victoria de D-os sobre el caos y la nada. La expresión emocional y artística es fundamental para canalizar nuestros sentimientos y compartir nuestras experiencias. Es vital encontrar un equilibrio entre el disfrute personal y la conexión con los demás. Netsaj es el lenguaje emocional, tiene que ver con el arte y cómo revelamos nuestras emociones, cómo canalizamos las emociones y cómo revelamos nuestros pensamientos no solo a través del arte. Es la dimensión de los placeres, pero sin llegar al hedonismo. También esta sefira trata de compartir con los demás de forma sana.

Las características y simbolismos asociados con Netsaj incluyen:

1. **Victoria y Triunfo:** Netsaj representa la capacidad de superar desafíos, perseverar y alcanzar la victoria en diferentes aspectos de la vida, ya sea a nivel espiritual, emocional o físico.
2. **Acción y Energía:** Se asocia con la energía activa y la capacidad de llevar a cabo acciones con determinación y fuerza.
3. **Eternidad:** El término Netsaj también puede traducirse como "eternidad", sugiriendo una conexión con aspectos perdurables y duraderos en la vida y en el plano espiritual.
4. **Conexión con otras Sefirot:** Netsaj se encuentra en la columna de la derecha junto con otras Sefirot como Jésed (misericordia) y Hod (gloria). La interacción y equilibrio entre estas Sefirot contribuyen a la armonía en la creación.

Se asocia al alma porque nos brinda la certeza de que podemos atravesar cualquier obstáculo. Cuando logramos equilibrar esta dimensión en nuestro ser, nos sirve para tener una voluntad implacable. Por eso, debemos tener una ética y moral muy firme; debemos saber cuál es nuestro propósito al cual aspiramos y cumplirlo. En ese contexto, su desequilibrio empieza por la adicción a tener la victoria. Eso se convierte en desequilibrio porque convierte a las personas en hedonistas y los hace adictos al placer, a la recompensa inmediata. Como cuando alguien va al casino y se vuelve adicto al juego, hace que gaste todos sus recursos en ello. Se pierde en el juego y pierde todo porque ya no lo hace ni siquiera por divertirse o recuperar lo que gastó, sino que su mayor anhelo es esa libertad, euforia y pasión por haber ganado aunque sea una vez más a pesar de haber perdido todo, aunque dure muy poco la sensación de haber ganado el juego, sin importar que sean mayores los juegos perdidos que los ganados; eso se le llama la ruina del jugador.

El problema de la ruina del jugador, en su forma más básica, implica a dos jugadores A y B que juegan un juego probabilístico múltiples veces entre sí. Cada vez que se juega el



juego, hay una probabilidad (0 < p < 1) de que el jugador A gane contra el jugador B. Del mismo modo, usando axiomas básicos de probabilidad, la probabilidad de que el jugador B gane es $1-p$. Cada jugador también tiene una riqueza inicial que limita cuánto pueden apostar. La riqueza total combinada se denota por k y el jugador A tiene una riqueza inicial denotada por i, lo que implica que el jugador B tiene una riqueza inicial de $k-i$. La riqueza debe ser positiva. La última condición que aplicamos a este problema es que ambos jugadores jugarán indefinidamente hasta que uno de ellos haya perdido toda su riqueza inicial y, por lo tanto, no pueda jugar más.

Imagina que la riqueza inicial de jugador A, i, es una cantidad de dinero entera y que cada juego se juega por un dólar. Eso significa que el jugador A tendrá que jugar al menos i juegos para que su riqueza caiga a cero. La probabilidad de que ganen un dólar en cada juego es p, que será igual a $1/2$ si el juego es justo para ambos jugadores. Si $p>1/2$, entonces el jugador A tiene una ventaja sistemática y si $p<1/2$, entonces el jugador A tiene una desventaja sistemática. La serie de juegos solo puede terminar en dos resultados: el jugador A tiene una riqueza de k dólares (el jugador B perdió todo su dinero), o el jugador A tiene una riqueza de 0 dólares (el jugador B tiene toda la riqueza). El enfoque principal del análisis es determinar la probabilidad de que el jugador A termine con una riqueza de k dólares en lugar de 0 dólares. Independientemente del resultado, uno de los jugadores terminará en la ruina financiera, de ahí el nombre "ruina del jugador" (Malaver, Medium, 2021).

La victoria definitiva de Netsaj se manifiesta de forma desequilibrada cuando perseveramos incansablemente en la consecución de nuestros objetivos, llegando al extremo de hacer lo que sea necesario para lograrlo, incluso a expensas de recurrir a acciones poco éticas las cuales a largo o corto plazo nos lleva a la insatisfacción o a cometer errores. Este tipo logros, tiende a bloquear las demás Sefirot, demanda un proceso de reequilibrio en nuestro árbol sefirótico, representando el primer y crucial punto de equilibrio con Tiféret.

En el ámbito espiritual, Netsaj se integra como parte fundamental del alma humana, actuando como un guía incluso en el último día de nuestras vidas; es, en esencia, la victoria espiritual. Al llenar nuestra vasija o alma con la luz divina a través de nuestras acciones, adquirimos un dominio sobre la muerte misma, permitiéndonos trascender hacia lo más elevado en comunión con el Creador. En este contexto, Netsaj se presenta como el obstáculo final para la concreción plena de Jésed.

[Netsaj]: Caminos y Conexiones en el Árbol Sefirótico:

Netsaj está conectada directamente con Tiféret (Belleza) en el pilar central, y a través de otros caminos con Hod (Esplendor) en el mismo pilar, Yesod (Fundamento) directamente debajo y Maljut (Reino) más abajo. Esta conexión la vincula con la belleza, la disciplina, el fundamento y la materialización en la creación que se presenta a continuación:



1. **Netsaj y Jésed:**
   - La conexión entre Netsaj y Jésed implica que la perseverancia y la victoria espiritual representadas por Netsaj son guiadas por un impulso fundamental de bondad y generosidad. La persistencia en alcanzar objetivos se realiza con un fundamento de compasión y altruismo.
2. **Netsaj y Tiféret:**
   - La conexión entre Netsaj y Tiféret resulta en la victoria alcanzada a través de la perseverancia se equilibra armoniosamente, contribuyendo al desarrollo espiritual en un sentido más amplio y equilibrado.
3. **Netsaj y Hod:**
   - La conexión de Netsaj con Hod indica que la perseverancia está guiada por la humildad, reconociendo la importancia de someterse a la voluntad divina en la búsqueda de los objetivos espirituales.
4. **Netsaj y Maljut:**
   - La conexión entre Netsaj y Maljut tiene un impacto tangible en la realidad terrenal, llevando los frutos de la perseverancia a la esfera material.

[Netsaj]: Relación con la Creación:

Netsaj está relacionada con la creación a través de la fuerza dinámica y perseverante que impulsa la manifestación de la realidad. Representa la victoria sobre los desafíos y la energía constante que impulsa el proceso creativo.

Las Sefirot tácticas, Netsaj y Hod, son como estrategias que utiliza D-os para alcanzar ciertos objetivos. Se comparan con los pies, siendo Netsaj como el pie derecho y Hod como el izquierdo, ya que representan medios para la acción y no el propósito en sí mismos. Netsaj involucra acciones que son esencialmente buenas pero presentadas con una apariencia de severidad, mientras que Hod se refiere a situaciones donde los malvados prosperan, pero sufrirán una retribución merecida en última instancia. Estas Sefirot ofrecen una nueva perspectiva para entender las acciones de D-os, destacando que no debemos juzgarlas solo por su apariencia superficial. Netsaj enfatiza el sentido de merecimiento, y Hod proporciona una visión de retribución justa. Ambas Sefirot permiten una comprensión más profunda de la verdad divina y ofrecen una perspectiva más clara de la justicia en las acciones de D-os (Netzaj «VICTORIA», 2022).

Netsaj, representa energías que impulsan la acción, especialmente en el ámbito emocional, pasional y sexual. Se le conoce como el "Eterno de las Huestes", indicando su conexión con las emociones y pasiones que respaldan la creación, desde obras de arte hasta la reproducción humana.

La fuerza apasionada de la creación parece detener el tiempo, manifestándose en momentos de inspiración y amor. La palabra "Netsaj" también significa Eternidad, enfatizando la duración de estos instantes. Netsaj se relaciona con:



- Fuerza de la naturaleza y energías cósmicas que influyen en los procesos creativos y en la materialización de la realidad.
- Aspectos Emocionales y Pasionales**:** Dado que Netsaj está asociado con las emociones y las pasiones, también se asocia con esta energía. Se cree que influye en los aspectos emocionales de la experiencia humana y en la expresión creativa.

Representa sus atributos positivos como la belleza triunfante, el deseo poderoso, el impulso instintivo y eterno, y la inspiración artística. Sin embargo, en su aspecto negativo, Netsaj puede manifestar desequilibrios emocionales, ya sea en exceso, con emociones desbordantes, o por defecto, con apatía y frialdad que dificultan la acción.

En el ámbito sexual dado que Netsaj se relaciona con la energía dinámica esto se relaciona mucho con la sexualidad, algunos de los desequilibrios que se pueden producir son la **lujuria** que es un deseo sexual intenso y desordenado. Implica un comportamiento sexual excesivo o desmedido. Luego **incontinencia** la falta de control o moderación, especialmente en relación con los impulsos sexuales. O la **Represión sexual** que se refiere a la inhibición o restricción de los deseos y expresiones sexuales. Representa una actitud de contención extrema hacia la sexualidad, a menudo motivada por normas culturales, religiosas u otras restricciones sociales ¿Que tiene que ver Netsaj en estas situaciones?

La sefirá Netsaj está asociada con la perseverancia, la victoria y la energía dinámica. En el contexto del ámbito sexual, las características asociadas con Netsaj pueden relacionarse con las dinámicas de la lujuria, la incontinencia y la represión sexual de la siguiente manera:

1. **Lujuria:** La lujuria, como un deseo sexual intenso y desordenado, puede reflejar la energía dinámica y enérgica de Netsaj. Esta sefirá está vinculada con la pasión y el impulso hacia la acción, y la lujuria puede ser vista como una expresión excesiva de esta energía, donde el deseo sexual se experimenta de manera intensa y desenfrenada.
2. **Incontinencia:** La incontinencia, que implica una falta de control o moderación en relación con los impulsos sexuales, también puede relacionarse con Netsaj. Esta sefirá representa la capacidad de perseverar y mantenerse en movimiento, y la incontinencia puede ser vista como una expresión desbordante de esta energía, donde la moderación y el autocontrol se ven comprometidos en favor de la satisfacción inmediata de los deseos sexuales.
3. **Represión sexual:** Aunque la represión sexual puede parecer contradictoria con la naturaleza dinámica y enérgica de Netsaj, también puede relacionarse con esta sefirá. La represión sexual implica una actitud de contención extrema hacia la sexualidad, a menudo motivada por normas culturales, religiosas u otras restricciones sociales. En el contexto de Netsaj, esta represión puede entenderse como una forma de canalizar y dirigir la energía sexual hacia otros aspectos de la vida, en lugar de permitir que se exprese de manera desordenada o incontrolada

Por un lado, el exceso se manifiesta en la indulgencia desmedida en la lujuria y la falta de control en la incontinencia sexual. Por otro lado, la represión sexual representa el extremo

opuesto, donde se inhiben y controlan en exceso los impulsos y expresiones sexuales. La idea central es explorar los extremos en la gestión de la sexualidad, ya sea a través del exceso sin restricciones o de la represión excesiva, pero debemos encontrar el equilibrio y moderación.

En la Cábala, la sexualidad se considera una parte integral del proceso creativo y es vista como una manifestación sagrada de la energía divina. Desde esta perspectiva, la sexualidad está intrínsecamente ligada al proceso de creación en varios niveles:

1. **Unión de las polaridades:** En la Cábala, se cree que el universo está compuesto por polaridades complementarias, como lo masculino y lo femenino, el cielo y la tierra, el alma y el cuerpo. La unión sexual se percibe como una manifestación física de esta unión de polaridades, reflejando la integración y la armonía en el cosmos. Esta unión se considera esencial para el proceso de creación y para mantener el equilibrio en el universo.
2. **Procreación física:** Desde un punto de vista práctico, la sexualidad humana desempeña un papel fundamental en la procreación física, permitiendo la continuación de la especie. En la Cábala, este acto de procreación se considera un reflejo del poder creativo de la Divinidad, donde los seres humanos participan en el proceso de traer nuevas vidas al mundo.
3. **Creación espiritual:** Además de la procreación física, la sexualidad también se considera un medio para la creación espiritual. En la Cábala, se cree que la energía sexual puede canalizarse hacia la elevación espiritual y el crecimiento personal. Se enseña que a través de prácticas sexuales sagradas y la conexión íntima entre parejas, es posible alcanzar un estado de unión con lo divino y experimentar la trascendencia espiritual.
4. **Simbolismo en la cosmogonía:** La sexualidad también se interpreta simbólicamente en la cosmogonía cabalística, donde se utiliza como metáfora para describir la relación entre la Divinidad y la creación del universo. Se cree que el acto creativo de D-os se refleja en la unión de las sefirot, las emanaciones divinas que forman el Árbol de la Vida en la Cábala. Esta unión cósmica se considera el fundamento de toda la creación y se representa a menudo en términos de energía masculina (Dios) y femenina (Shekiná o Divinidad femenina) unidas en una danza divina de creación.

Diversas culturas y épocas han abordado Netsaj de manera sagrada. Nietzsche destacó la importancia de lo dionisíaco (relativo a Dionisio, el D-os griego del vino, la fertilidad, el éxtasis y los ritos místicos) que representa lo instintivo, lo irracional y lo emocional, mientras que lo apolíneo (relativo a Apolo, el D-os griego de la música, la poesía, la luz, la razón, la armonía y la belleza) se refiere a lo racional, lo equilibrado y lo ordenado, la dimensión oscura e instintiva de la vida, mientras que en el Tantra oriental, el impulso sexual se sublima en rituales sagrados.

Netsaj se asocia con la victoria, la perseverancia, la fuerza y la fertilidad. Cuando se relaciona con la procreación humana, las propiedades de Netsaj pueden interpretarse de varias maneras:



1. **Fertilidad y Procreación**: Netsaj se asocia con la fertilidad y la capacidad de multiplicación. En el contexto de la procreación humana, esta sefirá podría representar la fuerza vital y la energía necesarias para la concepción y el desarrollo saludable del embrión en el útero materno.
2. **Persistencia y Continuidad**: Netsaj también se relaciona con la idea de perseverancia y continuidad. En el proceso de la procreación, la persistencia es fundamental tanto en la búsqueda de la concepción como en el embarazo mismo. Esta sefirá puede simbolizar la tenacidad y el impulso de la vida para perpetuarse y continuar su ciclo.
3. **Armonía y Equilibrio**: Aunque Netsaj se enfoca en la victoria, también se asocia con la armonía y el equilibrio. En el contexto de la procreación, esto podría referirse a la necesidad de equilibrio entre los aspectos físicos, emocionales y espirituales tanto de los padres como del proceso mismo de gestación y nacimiento.
4. **Desarrollo y Crecimiento**: Netsaj puede representar el desarrollo y el crecimiento, tanto físico como espiritual. En la procreación humana, esto se refiere al desarrollo del embrión en el útero materno, así como al crecimiento continuo del niño después del nacimiento.

El color verde asociado a Netsaj evoca la naturaleza, y la sefirá nos ofrece la "visión de la belleza triunfante" si aprendemos a apreciarla. En resumen, Netsaj es la fuerza apasionada que impulsa la creación y la belleza en la vida, pero su equilibrio es esencial para evitar desequilibrios emocionales (tora.org, s.f.).

Netsaj (Sod22Mendoza&holistica binah, 2023), se erige como la vibrante sinfonía que armoniza con la columna de la Misericordia, justo bajo la influencia del Rey de Bondad, Jésed. Esta energía, en su estado armonioso, se manifiesta como un deleite sensorial, una conexión mágica con lo elemental y un puente entre el mundo físico y las vidas pasadas.

En la cosmología de la Cábala (Netzaj, 2023), Netsaj se erige como la esfera que encarna el aspecto femenino de D-os, convirtiéndola en la expresión suprema de los sentimientos divinos. Situada en el pilar derecho del Árbol de la Vida, justo bajo la influencia de Jésed, Netsaj marca el comienzo de la manifestación y el plano de la forma.

En su posición estratégica en el pilar derecho, Netsaj se presenta como una fuente de energías que alimentan la acción. Su influencia se revela como un impulso apasionado, emocional y, en cierta medida, sexual. Este impulso creativo, se traduce en la chispa necesaria para cualquier forma de creación, desde obras de arte hasta la procreación humana.

La fuerza apasionada y vital que reside en Netsaj es esencial para inspirar y motivar, ya sea en la gestación de una nueva idea o en la ejecución de una obra de arte.

"Netsaj" se convierte en un eco de misericordia infinita que trasciende las limitaciones temporales y espaciales. En este rincón del pensamiento hebreo de la Cábala, Netsaj emerge como un faro de grandeza, dignidad y esplendor, personificando la conexión



divina que todo lo llena. El equilibrio de Netsaj, tejido con pasión y creatividad, revela un sendero hacia la comprensión más profunda de la existencia y la conexión con lo divino.

[Netsaj]: Aspectos Psicológicos:

Psicológicamente, Netsaj se asocia con la perseverancia, la ambición y la capacidad de superar obstáculos. Representa la energía que nos impulsa a seguir adelante, incluso cuando enfrentamos desafíos en la vida.

Desde una perspectiva psicológica. Esto se refiere a la energía interna que nos impulsa a seguir adelante, incluso cuando enfrentamos desafíos en la vida. En el contexto de la psicología, esta perseverancia y ambición pueden interpretarse como la determinación y el impulso que nos llevan a alcanzar nuestras metas y superar las adversidades.

Recordemos que en la Cábala, el término "Olamot" (Mundos) se refiere a los mundos espirituales o dimensiones cósmicas que constituyen la estructura del universo desde una perspectiva mística. Estos mundos no deben entenderse como lugares físicos, sino más bien como niveles o planos de realidad que están interconectados y que representan diferentes aspectos de la divinidad y la creación.

Según la Cábala, existen varios Olamot, y cada uno tiene sus propias características y atributos. Los conceptos y la organización de estos mundos varían en las diferentes tradiciones de la Cábala, pero algunos de los Olamot más comunes incluyen:

1. **Atzilut:** Este es el mundo de la emanación divina pura. Representa la esencia divina antes de cualquier manifestación o creación. En Atzilut, la luz divina es más directa y menos filtrada.
2. **Beri'ah:** Es el mundo de la creación, donde la divinidad se manifiesta en formas más tangibles. Aquí es donde se crean las entidades espirituales y las almas.
3. **Yetzirah:** Este mundo está asociado con la formación y la creación de las entidades espirituales, así como con la creación de los planos arquetípicos o arquetipos.
4. **Assiyah:** Es el mundo de la acción o manifestación física. Aquí es donde ocurre la creación material y se manifiesta en el mundo físico.

La comprensión y la experiencia de estos mundos es parte de la práctica espiritual de la Cábala, y se cree que aquellos que alcanzan ciertos niveles de conocimiento y elevación espiritual pueden acceder y explorar estas dimensiones. Cabe mencionar que la interpretación y el significado de los Olamot pueden variar entre diferentes escuelas y tradiciones dentro de la Cábala.



El sistema de Olamot y Sefirot se presenta como un filtro de la Luz de D-os para permitir la interacción segura del hombre con D-os. Así como el cuerpo humano enmascara la intensidad del alma, las Sefirot ocultan la Luz de D-os.

En el plano espiritual, las piernas representan el límite inferior y externo del hombre, conectándolo con el suelo físico. Netsaj y Hod son las Sefiroth asociadas con las piernas, representando la victoria, la sumisión y la capacidad de avanzar con equilibrio.

En cuanto a la relación con los Olamot, Netsaj puede entenderse en el contexto de la manifestación del mundo de la acción o Assiyah. En este nivel de realidad espiritual, la perseverancia y la ambición son fundamentales para llevar a cabo nuestras acciones en el mundo físico y material.

El equilibrio entre Netsaj y Hod se destaca como crucial, ya que la capacidad de avanzar y volver se compara con la visión de Ezequiel sobre las "Jaiot" (en hebreo que se traduce comúnmente como "seres vivientes" o "criaturas vivientes") se encuentra en el libro de Ezequiel en la Biblia, específicamente en el capítulo 1, versículos 4 al 14.

“Miré, y he aquí que venía del norte un viento tempestuoso, y una gran nube, con un fuego envolvente, y alrededor de él un resplandor, y en medio del fuego algo que parecía como bronce refulgente, en medio del fuego.

Y en medio de ella aparecía la figura de cuatro seres vivientes. Esta era su apariencia: tenían forma de hombre, pero cada uno tenía cuatro caras y cuatro alas. Sus piernas eran rectas, sus pies como pezuñas de ternera, y brillaban como bronce bruñido. Debajo de sus alas, a cada uno le salían dos brazos, de manera que tenían cuatro en total. Sus caras y sus alas estaban llenas de ojos por todas partes.

Cada uno de los seres vivientes tenía cuatro caras: la primera era rostro de querubín, la segunda rostro de hombre, la tercera rostro de león y la cuarta rostro de águila. Sus alas estaban extendidas hacia arriba, cada ser viviente tenía dos alas que se tocaban, y las otras dos cubrían sus cuerpos. Cada uno iba derecho hacia adelante; adondequiera que el espíritu los impulsaba, iban, sin volverse a ningún lado. La apariencia de los seres vivientes era como carbones encendidos, como antorchas encendidas, que se movían en medio de los seres vivientes. El fuego resplandecía, y del fuego salían relámpagos. Y los seres vivientes corrían y volvían a semejanza de relámpagos."

Describe la majestuosidad de los seres celestiales que actúan en inmediata obediencia y servicio a D-os. La capacidad de "ir y volver" de estas entidades se interpreta simbólicamente como una expresión de la armoniosa conexión entre lo espiritual y lo material.

Este pasaje describe la visión sobrenatural y la majestuosidad de los seres vivientes y la gloria de D-os, según la experiencia de Ezequiel. La simbología y las visiones en el Libro de



Ezequiel son ricas en significado y a menudo interpretadas de diversas maneras. Esta visión es conocida como la visión del "merkavá", que significa "carro" o "trono", y es una experiencia profética de Ezequiel que describe la gloria de D-os.

"Las criaturas vivientes iban y venían, como destellos de relámpago."

La interpretación de esta visión es compleja y ha sido objeto de debate a lo largo de la historia. En términos generales, se entiende que las "Jaiot" son seres angelicales o seres celestiales que están cerca de la presencia divina. Su movimiento de "ir y volver" se interpreta simbólicamente como una expresión de la inmediata obediencia y servicio a D-os.

La visión de las "Jaiot" es compleja y ha sido tema de debate a lo largo de la historia. En términos generales, se plantea que las "Jaiot" son seres angelicales o celestiales que se encuentran próximos a la presencia divina. El movimiento de "ir y volver" de estas entidades se interpreta simbólicamente como una manifestación de su inmediata obediencia y servicio a D-os.

La metáfora de "ir y volver" ha sido utilizada en la enseñanza cabalística, especialmente por el Rabí Najmán de Breslov, como un símbolo espiritual. La capacidad de "ir" se asocia con la ascensión espiritual y la aproximación a D-os, mientras que la capacidad de "volver" se vincula con la habilidad de retornar al mundo material y aplicar las experiencias espirituales en la vida cotidiana. En esencia, el texto resalta la idea de una armoniosa conexión entre lo espiritual y lo terrenal, sugiriendo que las experiencias divinas pueden integrarse en la vida diaria.

Netsaj se relaciona con la perseverancia psicológica, la ambición y la capacidad de superar obstáculos, así como con la manifestación de nuestras acciones en el mundo material.

La imagen de "ir y volver" ha sido utilizada en la enseñanza cabalística, especialmente por el Rabí Najmán de Breslov, como un símbolo espiritual. La capacidad de "ir" se asocia con la ascensión espiritual y el acercamiento a D-os, mientras que la capacidad de "volver" se asocia con la capacidad de regresar al mundo material y aplicar las experiencias espirituales en la vida cotidiana.

El Rabí Najmán enfatizo la importancia de equilibrar estas fuerzas opuestas, destacando la necesidad de avanzar constantemente (Netsaj) y encontrar a D-os incluso en las circunstancias más desfavorables (Hod) (tora.org, s.f.).

1. *“Las sefirot conceptuales o “racionales”, compuestas por jojmá, biná y daat, y*
2. *Las sefirot activas, compuestas por jesed, gevurá y tiferet.*

Ahora vamos a describir el tercer grupo de sefirot, que llamaremos sefirot “tácticas”, que son netzaj, “victoria”, y hod, “temor”.” (Leiberman S. , aish latino, s.f.).



Las sefirot tácticas, Netsaj ("victoria" y perseverancia) y Hod ("temor" y Humildad), son consideradas como un medio para alcanzar un fin y no poseen un propósito intrínseco en sí mismas.

Así como un padre puede disciplinar a su hijo severamente con la intención de inculcarle buenos valores, Netsaj y Hod a menudo no son lo que parecen, ya que son tácticas que sirven a propósitos más amplios.

Estas sefirot tácticas se comparan con los pies de una persona, siendo el pie derecho Netsaj y el pie izquierdo Hod. Los pies son vistos como medios para la actividad, llevando a la persona al lugar donde ejecuta una acción.

Netsaj se refiere a las acciones de D-os que son intrínsecamente bondad, pero presentadas con un preludio de severidad. Hod se refiere a eventos donde el malvado prospera, pero su retribución es, en esencia, fuerza o restricción.

Estas sefirot tácticas ofrecen una nueva perspectiva para entender las acciones divinas. No se deben juzgar los actos de D-os solo por su valor aparente, ya que pueden ser tácticas para alcanzar un objetivo más amplio.

La visión de Job y del Rey David sobre el sufrimiento de los justos y la prosperidad de los malvados encuentra respuestas en los atributos de Netsaj y Hod. La victoria espiritual y la humildad ante la gloria divina son aspectos clave para comprender y sobrellevar las aparentes contradicciones en la distribución de la recompensa y el castigo en la vida.

Netsaj agudiza el sentido de merecimiento al percibir el bien recibido, mientras que Hod proporciona una perspectiva de retribución merecida al considerar el castigo al malvado.

Netsaj se percibe como la victoria real, obtenida a través de la fuerza, mientras que Hod va más allá del miedo superficial, implicando un sobrecogimiento ante el poder espiritual inherente.

Estas sefirot tácticas ofrecen una comprensión más profunda de la verdad divina y permiten una percepción más clara de la justicia en las acciones de D-os (Leiberman S. , aish latino, s.f.).

De todo lo anterior podemos decir que Netsaj es:

1. **Resiliencia**: La capacidad de recuperarse y adaptarse frente a situaciones adversas o desafiantes. En este sentido, Netsaj es la fortaleza psicológica y la capacidad de mantenerse firme incluso en tiempos difíciles.
2. **Autoeficacia**: Netsaj es la creencia en la propia capacidad para lograr metas y superar obstáculos. Aquellos que poseen Netsaj podrían tener una confianza interna sólida en su capacidad para enfrentar y superar desafíos.

3. **Mindfulness**: Netsaj es la capacidad de permanecer en el momento presente con conciencia y aceptación. Aquellos que cultivan Netsaj son capaces de mantener la calma y la claridad mental incluso en situaciones estresantes o caóticas.
4. **Autocontrol emocional:** Netsaj es la capacidad de regular las emociones y mantener la compostura en diversas situaciones. Aquellos con Netsaj son capaces de gestionar sus emociones de manera efectiva y evitar reacciones impulsivas.

[Netsaj]: Conexión Espiritual:

Netsaj está vinculada a la conexión espiritual a través de la dedicación continua y la búsqueda constante del crecimiento espiritual. Implica la victoria sobre las limitaciones para alcanzar la expansión y la conexión con lo divino.

La sefirá Netsaj no es piadosa, y mientras no tengas misericordia siempre tendrás esa sensación de ganar o ganar, que llega a ser nociva como la ruina del jugador, un concepto que proviene del campo de la teoría de la probabilidad y se utiliza en el contexto de los juegos de azar, especialmente en estrategias de apuestas. Se refiere a una situación en la que un jugador, al seguir una estrategia de apuestas particular, eventualmente pierde todo su capital.

La idea detrás de la ruina del jugador se basa en la probabilidad y las fluctuaciones inherentes a los juegos de azar. Incluso si un jugador tiene una ventaja estadística o utiliza una estrategia que parece tener éxito a corto plazo, existen riesgos de pérdida a largo plazo debido a la variabilidad y la naturaleza impredecible de los resultados.

Supongamos que un jugador tiene una cierta cantidad de dinero para apostar y sigue apostando una fracción fija de su dinero en cada apuesta. A medida que el jugador continúa apostando, hay una probabilidad, incluso si es pequeña, de que pierda cada apuesta. Con el tiempo, si el jugador sigue apostando de esta manera, la probabilidad de perder todo su dinero aumenta a medida que se realizan más apuestas.

La ruina del apostador destaca la importancia de comprender los riesgos asociados con las apuestas y la necesidad de gestionar de manera prudente el capital disponible para apostar. La ruina del apostador es un concepto que advierte sobre los riesgos inherentes a las estrategias de apuestas y destaca la importancia de la gestión responsable del capital para evitar pérdidas significativas en el juego a largo plazo.

Netsaj te llevará a la victoria siempre que tengas misericordia (Jésed) y sea una causa justa (Geburá). Recuerda que el árbol sefirótico es un camino de lo terrenal a lo divino. La sefirá de *Netsaj se mantiene firme por siempre y nunca se apiada*. Cuando una persona va a morir o incluso en la muerte, nos da fuerza para trascender y estar tranquilos, ya que la dimensión de Netsaj no se rinde. Como su significado lo dice, la victoria no teme a la muerte y es por lo tanto susceptible de "apiadarse" (Jésed) frente a la muerte. Incluso en vida, nos ayuda a materializar nuestros sueños o anhelos; eso también es Netsaj.



Netsaj es una de las Sefirot que conforman el alma humana y tiene estrecha conexión con los "Olamot" es una palabra hebrea que se traduce comúnmente como "mundos" en el contexto de la Cábala. Se postula la existencia de múltiples "mundos" o dimensiones espirituales que constituyen la estructura del universo. Estos mundos se consideran capas o niveles de realidad que varían en su proximidad a la divinidad y su nivel de pureza espiritual (tora.org, s.f.).

Cada "Olam" o mundo tiene sus propias características y se asocia con diferentes niveles de las sefirot, que son las diez emanaciones o aspectos a través de los cuales, según la Cábala, D-os se revela al mundo. Los conceptos de Olamot y sefirot son parte integral de la cosmología cabalística, y se utilizan para explicar la naturaleza de la creación, la relación entre D-os y el mundo, y el propósito espiritual de la existencia humana.

[Netsaj]: Parte del Cuerpo Representada y su Conexión:

Netsaj se relaciona a la Pierna Derecha y Mano Derecha:

Está vinculada a la acción, la persistencia y la victoria. La pierna derecha y la mano derecha, representando el lado activo, simbolizan la fuerza para avanzar, superar obstáculos y aplicar la sabiduría recibida en la acción concreta.

La pierna derecha y la mano derecha sugieren una postura más activa y dinámica, indicando la necesidad de actuar en el mundo material. En este contexto, la mano derecha simboliza la capacidad de llevar a cabo acciones positivas y manifestar la victoria espiritual en la realidad cotidiana. Metafóricamente, las piernas representan el impulso y la fuerza para avanzar en la vida. La conexión con esta parte del cuerpo sugiere la necesidad de utilizar la energía y la perseverancia para alcanzar metas y objetivos.

Más allá de ser una mera esfera en el Árbol de la Vida, Netsaj se convierte en el portal hacia la comprensión del poder de los pensamientos y emociones. Facilita la conexión consciente con la naturaleza y los seres vivos, desencadenando la creatividad, la inspiración y el liderazgo. Este nivel de conciencia activa la expresión artística en sus diversas formas, desde el arte y la música hasta la danza, la poesía y la inspiración divina (Netzaj, 2023).

[Netsaj]: Acciones para Equilibrar la Sefirah:

1. **Establecer Metas Claras:** Definir metas y objetivos claros para mantener la dirección y la motivación, los propios y de los demás.
2. **Desarrollar la Perseverancia:** Cultivar la habilidad de continuar esforzándose incluso cuando se enfrentan obstáculos.

[Netsaj]: ¿Qué Ayuda a Equilibrar la Sefirah? ¿Qué la Desequilibra?

Ayuda a Equilibrar:



- **Celebrar los Logros:** Reconocer y celebrar los logros alcanzados.
- **Práctica de la Paciencia:** Desarrollar la paciencia para superar desafíos a largo plazo.
- **Comunicación simbólica:**
    - Permite transmitir ideas, emociones y conceptos abstractos de manera eficaz utilizando símbolos y signos.
    - Facilita la comprensión entre individuos y culturas, ya que los símbolos pueden tener significados universales o culturalmente específicos.
    - Fomenta la reflexión y la interpretación, ya que los símbolos pueden tener múltiples niveles de significado, lo que promueve la exploración y el entendimiento más profundo.
- **Expresión artística:**
    - Proporciona un medio para que las personas se expresen y comuniquen sus emociones, pensamientos y experiencias de manera única y personal.
    - Promueve la autoexpresión y la autoexploración, lo que puede conducir al autoconocimiento y al crecimiento personal.
    - Permite que los individuos se conecten con los demás a través de la emoción y la creatividad, creando vínculos emocionales y culturales.
- **Creatividad:**
    - Estimula la innovación y el pensamiento original al fomentar la generación de nuevas ideas y soluciones.
    - Mejora la resolución de problemas al promover la búsqueda de múltiples enfoques y perspectivas.
    - Contribuye al desarrollo personal y profesional al impulsar la imaginación, la flexibilidad mental y la capacidad de adaptación.
- **Placer encausado:**
    - Proporciona una forma de experimentar placer y satisfacción a través de actividades que son significativas y gratificantes.
    - Ayuda a reducir el estrés y la ansiedad al brindar una vía para la relajación y el disfrute.
    - Promueve un sentido de realización y bienestar al involucrarse en actividades que aportan alegría y satisfacción personal.

Ayuda a Desequilibrar:

- **Impaciencia Extrema:** La impaciencia puede generar ansiedad y desequilibrar Netsaj.
- **Falta de Dirección:** La falta de metas claras puede resultar en falta de motivación y desequilibrio.
- **Hedonismo:**
    - El hedonismo se caracteriza por la búsqueda del placer y la evitación del dolor como principios fundamentales en la vida.
    - En un sentido positivo, el hedonismo puede llevar a una vida más placentera y satisfactoria al priorizar actividades y experiencias que brindan

alegría y bienestar. Sin embargo, un enfoque excesivo en el hedonismo puede llevar a comportamientos impulsivos y de búsqueda de gratificación inmediata, que pueden ser perjudiciales a largo plazo.
    - La falta de moderación en la búsqueda del placer puede resultar en consecuencias negativas, como adicciones, falta de responsabilidad y deterioro de las relaciones interpersonales.
- **Negación del placer:**
    - La negación del placer implica reprimir o evitar activamente la búsqueda de experiencias placenteras.
    - Puede ser el resultado de creencias religiosas, culturales o filosóficas que consideran el placer como algo negativo o pecaminoso.
    - La negación del placer puede conducir a una vida desprovista de satisfacción y alegría, lo que puede afectar negativamente la salud mental y emocional.
    - Además, la negación excesiva del placer puede generar resentimiento, frustración y amargura, ya que las personas pueden sentirse privadas de la capacidad de disfrutar de las experiencias positivas de la vida.

En su expresión equilibrada, Netsaj es la sensibilidad, la magia que brota de cada sensación y la comunión con las fuerzas que animan la naturaleza. En esta armonía, el individuo experimenta un placer que trasciende lo meramente físico; es una conexión íntima con las corrientes misteriosas del universo.

Sin embargo, como todas las fuerzas, Netsaj tiene sus extremos, y cuando esta esfera se desequilibra, da paso a la lujuria y la insensibilidad, dos caras opuestas de la misma moneda energética.

La lujuria, como manifestación extrema de Netsaj desequilibrado, se traduce en una sexualidad desordenada y en una afinidad por sumergirse en el torbellino emocional sin fin. Aquí, el individuo puede encontrarse atrapado en un carrusel de placeres efímeros, persiguiendo constantemente nuevas experiencias sensoriales sin satisfacción duradera. Este desequilibrio también puede manifestarse en la adhesión a prácticas ritualistas oscuras, donde la búsqueda de placer toma caminos que traspasan los límites éticos y morales.

Por otro lado, la insensibilidad surge en el extremo opuesto de Netsaj desequilibrado. En esta expresión, la conexión emocional se desvanece, dando paso a la frigidez y a la falta de expresión emocional. La vivacidad y la belleza que caracterizan la danza armónica de Netsaj se desvanecen, dejando tras de sí una rutina desprovista de refinamiento y gracia. La conexión con lo elemental se pierde, y el individuo se desconecta del flujo vital que impregna el mundo que lo rodea.

Netsaj también representa la importancia de saber cuándo hablar y cuándo callar, especialmente en situaciones de silencio, meditación o clases, a revés del control del



control de la boca y la oreja, simbolizando la capacidad de escuchar y hablar conscientemente.

El árbol de la vida y sus canales se pueden analizar desde un enfoque psicológico, evaluando desequilibrios energéticos en diferentes dimensiones. La autoestima es una dimensión crucial, y trabajar en equilibrarla puede tener un impacto significativo en otras áreas de la vida.

- La vida tiene sentido, y entender el vacío es esencial para encontrar ese sentido.
- La importancia de vaciarse para poder crear y crecer, siguiendo el ejemplo de la creación del universo.

En cuanto los senderos en el árbol de la vida, destacando la necesidad de dar y recibir para mantener el equilibrio.

La percepción del vacío y su relación con la creación, la inteligencia y el potencial para desarrollarse. La naturaleza de los senderos y su función de dar y recibir, crucial para mantener la armonía en el universo.

Netsaj, cuando se encuentra en equilibrio, despliega una armonía sensorial que enriquece la experiencia humana. Sin embargo, al desviarse hacia los extremos de la lujuria o la insensibilidad, esta energía puede llevar a un desequilibrio perjudicial. La clave reside en encontrar el equilibrio justo entre el placer y la sensibilidad, evitando los extremos que oscurecen la armonía natural de esta vibrante esfera en el árbol de la vida (Sod22Mendoza&holistica binah, 2023).

[Netsaj]: Acciones para Practicar Sefirá:

1. **Ejercicio Regular:** Participar en ejercicios físicos para fortalecer las piernas y promover la vitalidad.
2. **Visualización de Éxito:** Practicar la visualización de éxito para fortalecer la mentalidad positiva.
3. **Planificación Estratégica:** Desarrollar planes estratégicos para alcanzar metas específicas.
4. **Desarrollo Personal Continuo:** Buscar oportunidades de crecimiento personal y espiritual.
5. **Reconocimiento de Logros:** Reflexionar y reconocer los logros, incluso los pequeños, para mantener la motivación.
6. **Practicar algún tipo de Arte:** Puedes practicar la danza, pintura, teatro, y otros.

Como anécdota ya que Netsaj es la perseverancia les dejo la siguiente fabula:

Un viejo y el burro iban caminando juntos cuando, al avanzar, apareció un pozo y el burro se cayó en él. Entonces, el hombre trató de rescatarlo, pero no podía; no tenía la fuerza necesaria. Va y pide ayuda, pero tampoco tenían la fuerza para sacarlo. En lugar de seguir

intentando sacarlo, ¿y se puede? No, enterrarlo vivo. El burro del otro lado dice: tuve tantos años al lado tuyo ayudándote, y ahora me tiraste. Le empieza a tirar tierra y lo querían enterrar vivo. ¿Y qué es lo que sucede? En la medida que le van tirando tierra, adivina qué descubre el burro, que con esa tierra puede reacomodarse e ir estando más arriba. En un momento, cuando creen que le están tirando la palabra final, ¡sale del pozo! (Milei, 2023).

Netsaj es la esfera del lenguaje emocional, la manera en que canalizamos y revelamos nuestras emociones. Incluye la inteligencia emocional y se relaciona con el arte de expresar nuestras emociones y pensamientos, no solo a través de las artes, sino también en nuestras interacciones diarias. Esta esfera también trata sobre compartir de manera saludable con los demás, sin caer en el hedonismo.



Hod

Hod, la octava Sefirá en el Árbol de la Vida de la Cábala, se traduce comúnmente como "Esplendor" o "Gloria". Representa la emanación divina asociada con la receptividad, la humildad y la claridad. Hod se encuentra en el pilar izquierdo del Árbol y está conectada con Netsaj (Victoria) y Yesod (Fundamento), formando parte de la cadena que conecta la energía creativa con la materialización, por ejemplo la creación puede ser vista como un acto de humildad por parte de D-os al crear un lugar para la humanidad dentro de su vasta creación. La gloria de D-os se puede ver en toda la creación, reflejando su grandeza y majestad. El lenguaje es el puente entre la realidad y nuestra psique. Profundizar en su comprensión revela capas ocultas de significado y fomenta una comunicación efectiva. Es el lenguaje como vehículo para relacionarse con la realidad que se esconde detrás del lenguaje, el cual tiene diferentes niveles de interpretación. Hay que profundizar en el lenguaje, pues es un medio entre nuestra realidad y nuestra psique, también ayuda a enseñarnos cómo dirigirnos con el lenguaje y evitar problemas de comunicación.

[Hod]: Caminos y Conexiones en el Árbol Sefirótico:

1. **La conexión entre Hod y Geburá:** Implica la forma en que la humildad (Hod) puede moderar la severidad y la rigidez (Geburá). Hod puede servir como un recordatorio de la importancia de la moderación y la adaptabilidad incluso en situaciones donde la disciplina y el juicio son necesarios.
2. **La conexión entre Hod y Tiféret**: puede entenderse como la manera en que la humildad (Hod) contribuye a la belleza y la armonía (Tiféret) en el equilibrio de las cualidades y atributos divinos.
3. **La conexión entre Hod y Yesod:** Implica cómo la humildad (Hod) puede servir como una base sólida para construir relaciones auténticas y significativas (Yesod). La humildad permite una comunicación genuina y una conexión profunda con los demás.
4. **La conexión entre Hod y Maljut**: Implica cómo la humildad (Hod) puede influir en la manera en que se manifiestan nuestras acciones y cómo nos relacionamos con el mundo material (Maljut). La humildad puede llevar a una actitud de servicio y responsabilidad hacia el mundo que nos rodea.

Hod está conectada directamente con Netsaj y con Tiféret (Belleza) ubicada en el pilar central. A través de sus conexiones, se vincula también con Geburá (Fuerza) y Yesod. Estas conexiones resaltan su papel en la recepción y la manifestación del esplendor divino.

En las profundidades del conocimiento espiritual de la Cábala, cada sefirá representa un aspecto único de la emanación divina nos sumergimos en Hod, donde la enseñanza se convierte en un arte iluminado. La conexión entre las Sefirot de Hod y Netsaj son la colaboración entre la seguridad y la victoria (Orhamelech, 2022).



En la búsqueda de la comprensión divina, nos encontramos con la mención de Adonai, el nombre de D-os asociado con la seguridad. Esta conexión revela la importancia de reconocer que las Sefirot de Hod y Netsaj trabajan de la mano. Al explorar Hod, debemos entender su relación con Netsaj y reconocer la presencia de Adonai como guía.

La sefirá de la elevación espiritual, exige ciertas cualidades para ser comprendida y aplicada adecuadamente. La humildad y la sinceridad emergen como pilares fundamentales. La humildad actúa como el vínculo que nos conecta con el Creador, mientras que la sinceridad implica una honestidad absoluta frente a la divinidad. En el proceso de sincera aceptación, se nos llama a reconocer nuestras virtudes y defectos con humildad, estableciendo así las bases para la elevación espiritual.

[Hod]: Relación con la Creación:

Hod está relacionada con la creación a través de su papel receptivo. Representa la humildad y la capacidad de recibir la inspiración y las bendiciones divinas. Hod actúa como un canal para manifestar la gloria divina en la realidad material.

La sefirá de la elevación espiritual, exige ciertas cualidades para ser comprendida y aplicada adecuadamente. La humildad y la sinceridad emergen como pilares fundamentales. La humildad actúa como el vínculo que nos conecta con el Creador, mientras que la sinceridad implica una honestidad absoluta frente a la divinidad. En el proceso de sincera aceptación, se nos llama a reconocer nuestras virtudes y defectos con humildad, estableciendo así las bases para la elevación espiritual.

Hod, la sefirá de la aceptación, nos insta a abrazar nuestra realidad con empatía. Aceptar nuestras circunstancias y reconocer que los desafíos y el dolor son inevitables en la vida son pasos cruciales. La aceptación no es pasiva; es la habilidad de encontrar oportunidades y luz oculta en medio de las adversidades. Al enfrentar las dificultades desde la perspectiva de la fe, confiamos en que todo proviene del Creador y, por ende, tiene un propósito divino.

Hod nos enseña a ser maestros espirituales sinceros y empáticos. La enseñanza efectiva no radica solo en transmitir información, sino en comprender y adaptarse al receptor. Debemos modular la información para que sea adecuada al nivel espiritual del estudiante, recordando siempre que el respeto y la paciencia son esenciales. La enseñanza auténtica no busca imponer, sino iluminar, guiando a otros hacia la verdad y la conexión con el Creador.

La conexión con Hod nos exige resistir el impulso de avanzar rápidamente y, en cambio, adoptar la sabiduría de la lentitud. Apresurarse puede comprometer la calidad. En el ámbito espiritual, esta lección se traduce en tomarse el tiempo necesario para cada práctica, meditación y enseñanza. La profundidad es la clave; solo a través de una comprensión profunda podemos acercarnos genuinamente al Creador.



[Hod]: Aspectos Psicológicos:

Psicológicamente, Hod se asocia con la humildad, la receptividad y la capacidad de escuchar. Representa la cualidad de reconocer la grandeza y la belleza en las experiencias cotidianas y en la interacción con los demás.

Se despliega en compañía de Netsaj, su contraparte en el Pilar Derecho, conforma la Viga de la Personalidad (Hod, la sefirá de la mente concreta., s.f.), cimentada en los aspectos emocionales (Netsaj) y mentales (Hod). Este último, representando la mente concreta, actúa como el vínculo entre la emotividad y la lógica racional.

Hod es como la mente lógica y analítica que tenemos. Cuando está en equilibrio, nos ayuda a aplicar nuestra inteligencia de manera práctica, ser curiosos y comunicarnos de manera elocuente. También ayuda a enfriar las emociones intensas, provenientes de Netsaj, con pensamientos racionales. Sin embargo, si hay un desequilibrio, alguien podría volverse frío o manipulador. Por otro lado, si hay un déficit, podríamos enfrentar problemas de indecisión o inseguridad, y podría faltarnos sentido práctico.

La experiencia espiritual asociada a Hod es la "Visión del Esplendor", que significa ver la gloria de D-os detrás de las apariencias del mundo. Esto permite a una persona ver más allá de la creación y reconocer a su Creador. La mente analítica de Hod también nos ayuda a entender las leyes que gobiernan el universo, algo que conecta con la filosofía hermética y, sorprendentemente, con la física cuántica.

En resumen, Hod es la mente que da forma a nuestros proyectos, equilibrando las emociones con la razón. En la Triada del Temple de Ánimo, su papel es esencial para avanzar en la vida y lograr metas. Hod nos invita a explorar la conexión entre nuestros pensamientos y emociones, llevándonos más allá de las apariencias para comprender la verdadera naturaleza del universo y nuestro lugar en él.

[Hod]: Conexión Espiritual:

Hod está vinculada a la conexión espiritual a través de la receptividad y la humildad. Implica abrirse a la guía divina y permitir que la luz espiritual ilumine la conciencia.

Imagina que la vida es como un camino que recorremos para alcanzar nuestras metas y propósitos. En ese camino, hay dos aspectos importantes: nuestras emociones (representadas por Netsaj) y nuestros pensamientos prácticos (representados por Hod). Ambos son como nuestras "piernas" que nos ayudan a avanzar y lograr lo que queremos en la vida.

Netsaj está relacionado con cómo nos sentimos, nuestras emociones, mientras que Hod está asociado con nuestros pensamientos y la forma en que abordamos las situaciones de

manera práctica. Para avanzar, necesitamos tanto la fuerza emocional de Netsaj como la mente práctica de Hod. Juntos, son fundamentales para alcanzar nuestras metas.

Esta interacción constante entre cómo nos sentimos y cómo pensamos es un principio importante que la Psicología moderna, especialmente la Programación Neurolingüística, destaca. La forma en que estas dos áreas se retroalimentan entre sí tiene un impacto significativo en nuestra personalidad y en cómo enfrentamos la vida.

Hod emerge como la mente que da forma a nuestros proyectos, equilibrando la emotividad con la razón. Como parte integral de la Personalidad, su papel en la Triada del Temple de Animo (Hod, Netsaj y Yesod) es fundamental para el avance en la vida y la realización de objetivos. Hod, en su esplendor, nos invita a explorar la conexión entre pensamientos y emociones, llevándonos más allá de las apariencias para comprender la verdadera naturaleza del universo y nuestro papel en él.

Hod, despliega su influencia en el ámbito mental y concreto de la personalidad. Hod, la sefirá de la aceptación, nos insta a abrazar nuestra realidad con empatía. Aceptar nuestras circunstancias y reconocer que los desafíos y el dolor son inevitables en la vida son pasos cruciales. La aceptación no es pasiva; es la habilidad de encontrar oportunidades y luz oculta en medio de las adversidades. Al enfrentar las dificultades desde la perspectiva de la fe, confiamos en que todo proviene del Creador y, por ende, tiene un propósito divino.

Hod nos enseña a ser maestros espirituales sinceros y empáticos. La enseñanza efectiva no radica solo en transmitir información, sino en comprender y adaptarse al receptor. Debemos modular la información para que sea adecuada al nivel espiritual del estudiante, recordando siempre que el respeto y la paciencia son esenciales. La enseñanza auténtica no busca imponer, sino iluminar, guiando a otros hacia la verdad y la conexión con el Creador.

La conexión con Hod nos exige resistir el impulso de avanzar rápidamente y, en cambio, adoptar la sabiduría de la lentitud. Como Napoleón sabiamente señaló, apresurarse puede comprometer la calidad. En el ámbito espiritual, esta lección se traduce en tomarse el tiempo necesario para cada práctica, meditación y enseñanza. La profundidad es la clave; solo a través de una comprensión profunda podemos acercarnos genuinamente al Creador.

Se despliega en compañía de Netsaj, su contraparte en el Pilar Derecho, conforma la Viga de la Personalidad (Hod, la sefirá de la mente concreta., s.f.), cimentada en los aspectos emocionales (Netsaj) y mentales (Hod). Este último, representando la mente concreta, actúa como el vínculo entre la emotividad y la lógica racional.

La sefirá Hod, que representa la humildad, la sinceridad y la aceptación. Se une con Hod y Netsaj trabajan juntas y son necesarias para acceder a niveles espirituales más elevados. Existe la importancia de la aceptación de uno mismo y de las circunstancias de la vida, así



como la necesidad de ser empáticos y pacientes tanto con nosotros mismos como con los demás. También se enfatiza en la importancia de enseñar de manera amorosa y paciente, sin juzgar ni presionar a los demás, y en la necesidad de modular la información para que sea adecuada al receptor. La verdadera enseñanza debe acercar a las personas a D-os y no alejarlas, y que el maestro debe ser espiritualmente superior y estar dispuesto a esperar el respeto de sus discípulos. Además, la importancia de la moderación, la reflexión y la conexión consciente con lo sagrado en todas las acciones y enseñanzas.

[Hod]: Parte del Cuerpo Representada y su Conexión:

Hod y la Pierna Izquierda / Mano Izquierda:

> Asociación con la Recepción: Hod se asocia con la receptividad, la humildad y la capacidad de recibir la influencia divina. La pierna izquierda y la mano izquierda, representando el lado receptivo, simbolizan la disposición para aceptar la guía espiritual y la sabiduría. La conexión con las manos sugiere la acción consciente de recibir y compartir bendiciones divinas.
>
> Pasividad y Reflexión: La pierna izquierda y la mano izquierda sugieren una postura más pasiva y reflexiva, indicando la importancia de recibir antes de actuar. En este contexto, la mano izquierda simboliza la capacidad de recibir conocimiento y dirección espiritual.

[Hod]: Acciones para Equilibrar la Sefirá:

1. **Práctica de la Gratitud:** Cultivar la gratitud por las bendiciones cotidianas y reconocer la belleza en lo simple.
2. **Desarrollo de la Humildad:** Reconocer y aceptar la grandeza divina y la contribución de los demás.

[Hod]: ¿Qué Ayuda a Equilibrar la Sefirá? ¿Qué la Desequilibra?

Hod revela una combinación fascinante de cualidades que abarcan desde la introspección hasta la apreciación de la maravilla de la existencia. Explora las principales características de Hod, destacando su papel en la búsqueda de la belleza interior, la importancia de la humildad, la reflexión profunda, la conexión con el poder creativo, la comprensión de la interconexión, el desarrollo de la paciencia y la integración armoniosa de la belleza y la verdad.

Hod se presenta como una fuente de esplendor y belleza interior, no solo estética sino también como una manifestación de la conexión con lo divino. Enseña humildad, recordándonos reconocer nuestras limitaciones en el vasto cosmos. También fomenta la reflexión y la autoexploración, invitándonos a sumergirnos en las aguas profundas de nuestra psique.



Esta sefirá está vinculada al poder creativo de la mente, inspirando la chispa que enciende la creatividad en todas sus formas. Además, guía hacia la comprensión de la interconexión en la existencia, recordándonos que nuestras acciones y pensamientos son parte de un tejido cósmico más amplio.

Hod cultiva la virtud de la paciencia en la búsqueda de esplendor y sabiduría interna. Destaca la integración de la belleza con la verdad, desafiándonos a buscar una síntesis armoniosa en lugar de elegir entre la estética y la autenticidad.

Hod nos invita a explorar nuestras profundidades internas con humildad y a apreciar la belleza presente en cada rincón de la existencia. Su mensaje nos guía hacia una comprensión más rica de nosotros mismos y del universo, fomentando el autoconocimiento, la creatividad consciente y la conexión con la red interconectada de la vida.

Ayuda a Equilibrar:

- **Práctica de la Humildad:** Desarrollar una actitud humilde y receptiva.
- **Reconocimiento de la Belleza:** Valorar la belleza en todas las experiencias y en las interacciones.
- **Autoexpresión**: Utilizar la palabra permite a las personas expresar sus pensamientos, sentimientos y experiencias de manera verbal, lo que puede ser terapéutico y ayudar en el proceso de autorreflexión y autoconocimiento.
- **Comunicación**: La palabra es fundamental para la comunicación efectiva entre individuos. Permite transmitir ideas, resolver conflictos, establecer relaciones sólidas y compartir conocimiento.
- **Desarrollo cognitivo**: El uso activo del lenguaje contribuye al desarrollo cognitivo, especialmente en niños. Les ayuda a organizar sus pensamientos, entender conceptos abstractos y desarrollar habilidades de pensamiento crítico.
- **Empoderamiento**: La capacidad de expresarse con palabras puede empoderar a las personas al permitirles defender sus derechos, expresar sus necesidades y aspiraciones, y participar activamente en la sociedad.
- **Autonomía**: Al comprender y utilizar la palabra de manera efectiva, las personas pueden tomar decisiones informadas y ejercer un mayor grado de autonomía en sus vidas.
- **Construcción de identidad**: La forma en que las personas se conciben a sí mismas está estrechamente relacionada con su identidad. Al reflexionar sobre sus propias características, valores y experiencias, las personas pueden construir una identidad coherente y auténtica.
- **Autoaceptación y autoestima**: Una imagen positiva de uno mismo puede derivar del uso de la palabra para reconocer y valorar las propias cualidades, logros y experiencias positivas, lo que contribuye a una mayor autoaceptación y autoestima.
- **Empatía y comprensión interpersonal**: Al comprender mejor sus propios pensamientos y sentimientos, las personas pueden desarrollar una mayor empatía

hacia los demás y una mejor comprensión de las perspectivas de los demás, lo que fortalece las relaciones interpersonales.

- **Confianza y credibilidad**: La verdad es fundamental para construir y mantener relaciones basadas en la confianza. Cuando las personas son honestas entre sí, se fortalecen los vínculos personales y profesionales.
- **Integridad personal**: Decir la verdad refleja una integridad personal y moral. Vivir de acuerdo con los principios de honestidad y sinceridad promueve un sentido de autoestima y coherencia en uno mismo.
- **Toma de decisiones informada**: La verdad proporciona la información necesaria para tomar decisiones informadas y responsables en todas las áreas de la vida, ya sea en lo personal, profesional o social.
- **Resolución de problemas**: La verdad es esencial para identificar y abordar problemas de manera efectiva. Cuando se ocultan o distorsionan los hechos, se dificulta encontrar soluciones adecuadas.
- **Desarrollo de relaciones saludables**: La honestidad fomenta relaciones auténticas y saludables, ya que permite a las personas conocerse y entenderse mutuamente en un nivel más profundo.

Ayuda a Desequilibrar:

- **Orgullo Excesivo:** El exceso de orgullo puede obstaculizar la receptividad y desequilibrar Hod.
- **Falta de Reconocimiento:** La falta de aprecio y gratitud puede desequilibrar la conexión con la espiritualidad.
- **Pérdida de confianza**: La mentira erosiona la confianza en las relaciones personales y profesionales. Cuando alguien descubre que ha sido engañado, puede sentirse traicionado y tener dificultades para volver a confiar en esa persona.
- **Deterioro de relaciones:** Se refiere al proceso gradual o repentino en el que las conexiones interpersonales entre individuos se vuelven menos saludables o satisfactorias. Esto puede ocurrir por diversas razones, como conflictos no resueltos, falta de comunicación efectiva, diferencias irreconciliables, falta de compromiso o cambios en las circunstancias personales. El deterioro de relaciones puede manifestarse en formas como distanciamiento emocional, falta de confianza, resentimiento acumulado o incluso rupturas definitivas. Este fenómeno puede tener consecuencias negativas tanto a nivel personal como profesional, ya que las relaciones sólidas y saludables son fundamentales para el bienestar emocional y el éxito en diversos ámbitos de la vida.
- **Autosabotaje:** Se refiere a acciones, comportamientos o patrones de pensamiento que obstaculizan o dificultan el logro de metas, el éxito personal o el bienestar emocional. Estos comportamientos auto-destructivos pueden surgir como resultado de creencias limitantes, miedos, inseguridades, falta de autoestima o patrones de comportamiento aprendidos. El autosabotaje puede manifestarse de diversas formas, como procrastinación, auto-critica excesiva, miedo al éxito, búsqueda constante de aprobación externa, autosuficiencia o conformismo.



Superar el autosabotaje requiere autoconciencia, autodisciplina y un cambio en los patrones de pensamiento y comportamiento que perpetúan este ciclo negativo.

- **Dificultades de resolución de problemas:** Se refieren a la incapacidad o dificultad para identificar, analizar y abordar eficazmente los desafíos o situaciones problemáticas que surgen en la vida cotidiana. Estas dificultades pueden surgir por diversos motivos, como falta de habilidades de pensamiento crítico, limitaciones cognitivas, falta de recursos, emociones abrumadoras o sesgos cognitivos. Las dificultades en la resolución de problemas pueden manifestarse en formas como indecisión, evitación de conflictos, toma de decisiones impulsivas, sobrecomplicación de situaciones simples o incapacidad para ver alternativas viables. Superar estas dificultades implica desarrollar habilidades de resolución de problemas, como análisis objetivo, creatividad, flexibilidad mental y capacidad para gestionar eficazmente las emociones.

[Hod]: Acciones para Practicar Sefirá:

1. **Meditación Reflexiva:** Practicar meditaciones que fomenten la humildad y la apertura.
2. **Servicio Desinteresado:** Participar en actos de servicio y ayuda a los demás de manera desinteresada.
3. **Escucha Consciente:** Desarrollar la habilidad de escuchar conscientemente a los demás y a la divinidad.
4. **Artes Creativas:** Participar en actividades artísticas para expresar la belleza y la receptividad.
5. **Práctica de la Reflexión:** Reflexionar sobre las experiencias diarias en busca de lecciones y bendiciones.

El lenguaje actúa como vehículo para relacionarnos con la realidad y comprender lo que subyace detrás de las palabras. Debemos emplear un lenguaje preciso, captar las ideas con claridad y profundizar en su comprensión en lugar de quedarnos en un nivel superficial. Entender los diferentes niveles de interpretación del lenguaje nos permite relacionarnos mejor con la realidad y nuestra psique. Al profundizar en el lenguaje, ya sea al leer, escribir, hablar o escuchar, también mejoramos nuestras habilidades de comunicación y evitamos problemas en este ámbito.

Yesod

Yesod, la novena sefirá en el Árbol de la Vida de la Cábala, se traduce como "Fundamento". Es considerada el nivel de la conciencia más cercano a la materialización en el mundo físico. Yesod actúa como un puente entre las esferas espirituales superiores y la realidad concreta, sirviendo como el fundamento para la manifestación en el plano material.

Yesod, la Fundación, es un reino de transición, un punto de encuentro entre lo etéreo y lo material, lo divino y lo terrenal. Su significado radica en su capacidad para fusionar la pura esencia del ser con la sabiduría que emana del resto del árbol sefirótico. Yesod, también conocida como la "Justicia", representa la inteligencia pura, siendo el último punto de contacto antes de que la manifestación divina se concrete en el mundo a través de Maljut, la décima esfera (Cabala Fácil, 2023).

En Yesod se trata de controlar el ego, esto fomenta relaciones familiares y sociales saludables. La interacción con los demás es esencial para la motivación y el crecimiento personal. Debemos controlar nuestro ego para tener motivación familiar y social. Todas nuestras relaciones son importantes, pues es la dimensión de la interacción y también la motivación exterior.

En esta parte podemos utilizar el término "ego positivo" que se refiere a una interpretación constructiva del concepto de ego. El ego es una parte fundamental de la psicología humana, y generalmente se asocia con el sentido de identidad y la autoestima. Cuando hablamos de reducir el ego o hasatán nos referimos al ego negativo. El "ego positivo" se utiliza para describir aquella parte del ego que impulsa la motivación, la autoafirmación saludable, la familiarización y las relaciones interpersonales constructivas.

En contraste con el "ego negativo", que puede manifestarse como arrogancia, egocentrismo excesivo o una actitud destructiva hacia los demás, el "ego positivo" se relaciona con una autoestima saludable, la capacidad de establecer relaciones significativas y una motivación sana para alcanzar metas y aspiraciones personales.

El "ego negativo" puede manifestarse de diversas formas, algunas de las cuales incluyen:

1. **Egoísmo:** Se caracteriza por un excesivo enfoque en uno mismo, priorizando las propias necesidades y deseos por encima de los demás, sin consideración por su bienestar.
2. **Arrogancia:** Implica un sentido exagerado de superioridad o autoimportancia, acompañado a menudo por actitudes condescendientes hacia los demás y una falta de humildad.
3. **Egocentrismo:** Se refiere a una perspectiva limitada en la que la persona se ve a sí misma como el centro del universo, incapaz de considerar las perspectivas o necesidades de los demás.



4. **Narcisismo:** Es una forma extrema de ego negativo que implica una obsesión consigo mismo, un sentido exagerado de autoimportancia y una falta de empatía hacia los demás.
5. **Manipulación:** Se refiere al uso de tácticas engañosas o coercitivas para controlar a los demás y satisfacer los propios intereses, sin tener en cuenta el impacto negativo en los demás.
6. **Envidia:** Implica resentimiento hacia aquellos que tienen éxito o poseen cualidades que uno desea, acompañado a menudo por deseos de desacreditar, dañar o limitar a esas personas.
7. **Apatía:** Se caracteriza por la falta de interés o preocupación por los demás, así como por una falta de motivación para contribuir al bienestar de la comunidad o la sociedad en general.

El "ego positivo" se refiere a una interpretación del ego que fomenta el crecimiento personal, el bienestar emocional y las relaciones interpersonales positivas. Algunos tipos de ego positivo incluyen:

1. **Autoestima saludable:** Se refiere a una percepción positiva de uno mismo, basada en el reconocimiento de las propias habilidades, logros y cualidades positivas.
2. **Confianza en uno mismo:** Implica una creencia sólida en las propias capacidades y una actitud positiva hacia los desafíos y oportunidades que se presentan en la vida.
3. **Empoderamiento personal:** Se relaciona con la capacidad de tomar decisiones conscientes y responsables, así como de asumir la responsabilidad de las acciones y consecuencias que se derivan de ellas.
4. **Resiliencia:** Es la capacidad de recuperarse de las adversidades, aprender de las experiencias difíciles y seguir adelante con determinación y optimismo.
5. **Empatía:** Se refiere a la capacidad de entender y compartir los sentimientos de los demás, así como a actuar de manera compasiva y solidaria hacia ellos.
6. **Habilidad para establecer relaciones saludables:** Implica la capacidad de establecer conexiones significativas con los demás, basadas en el respeto mutuo, la comunicación abierta y el apoyo mutuo.
7. **Altruismo:** Se refiere a la disposición de ayudar y contribuir al bienestar de los demás, sin esperar nada a cambio, simplemente por el deseo de hacer el bien.
8. **Optimismo:** Implica una actitud positiva hacia la vida, la capacidad de ver el lado bueno de las situaciones y mantener la esperanza incluso en tiempos difíciles.
9. **Humildad:** Es la capacidad de reconocer las propias limitaciones y errores, así como de valorar las contribuciones y perspectivas de los demás.
10. **Motivación intrínseca:** Se relaciona con la búsqueda de metas y aspiraciones que son significativas y gratificantes en sí mismas, en lugar de buscar la validación externa o las recompensas materiales.

Para comprender Yesod, es esencial entender su posición en el Árbol de la Vida. Se le asocia frecuentemente con la Luna, ya que al igual que este astro refleja la luz del Sol, Yesod refleja el alma desde su morada en Tiféret hacia la Tierra, donde reside Maljut. Yesod se sitúa debajo de las esferas del pensamiento y el sentimiento, Netzaj y Hod



respectivamente, pero se encuentra cercano al instinto y al reflejo de Maljut. En esencia, Yesod es la esfera del subconsciente, integrando el pasado con las tendencias del alma superior y mezclándolo con el pensamiento y el sentimiento consciente, nutriendo así el material resultante para la manifestación en el mundo.

Yesod es el reino de la imaginación y el subconsciente, donde las ilusiones y los sueños tienen cabida. Es el lugar donde la autoconciencia comienza a tomar forma, a través del recuerdo de experiencias pasadas y las necesidades heredadas del alma. Aquí es donde residen los patrones emitidos por eventos y pensamientos previos, tanto a nivel individual como colectivo, ya que, en última instancia, todos somos uno.

Esta esfera es el hogar de la creatividad desenfrenada, donde cualquier cosa puede cobrar existencia y manifestarse. Es el reino de lo psíquico y lo astral, donde las posibilidades son infinitas. Sin la influencia de Yesod, no habría lugar para la manifestación del pasado ni para la comprensión del mundo. Yesod permite que la luz divina del alma se manifieste en el mundo físico.

Sin embargo, Yesod también es un lugar peligroso, una trampa para las ilusiones. Es necesario aprender a distinguir entre las fantasías propias y ajenas para poder avanzar con seguridad a través de esta esfera. Muchos místicos han caído en la trampa de las falsas maravillas y los falsos miedos generados por Yesod, sin poder distinguir la diferencia entre un reflejo verdadero de la voluntad divina y una ilusión creada por el subconsciente.

En las meditaciones, Yesod se visualiza como una clara pradera en la cima de una colina, rodeada por un vasto bosque de árboles. En el centro de esta pradera, un círculo de piedras rodea un conjunto de pilares, cada uno sosteniendo un espejo que refleja diferentes aspectos de la personalidad del individuo.

Yesod es la Fundación, el puente entre lo divino y lo terrenal, donde las ilusiones y los sueños se entrelazan con la realidad. Es el reino de la imaginación y el subconsciente, donde la luz del alma encuentra su camino hacia el mundo físico. Sin embargo, es necesario navegar con cautela por este reino de fantasías y reflejos distorsionados para poder alcanzar la verdadera manifestación del ser divino en el mundo.

[Yesod]: Caminos y Conexiones en el Árbol Sefirótico:

1. **La conexión entre Yesod y Hod**: Implica la forma en que la fundación y la conexión (Yesod) pueden facilitar la humildad y la aceptación (Hod). Yesod actúa como el puente entre el mundo material y el espiritual, permitiendo que la humildad se manifieste en nuestras interacciones y comunicaciones.
2. **La conexión entre Yesod y Tiféret:** destaca cómo una base sólida y una comunicación auténtica (Yesod) pueden contribuir a la belleza y el equilibrio (Tiféret) en nuestras vidas y relaciones.



3. **La conexión entre Yesod y Netsaj:** implica cómo la conexión profunda y la comunicación efectiva (Yesod) pueden impulsar la determinación y la realización de metas (Netsaj). Yesod proporciona una base sólida para el éxito y el logro.
4. **La conexión entre Yesod y Maljut:** Destaca cómo la fundación y la comunicación (Yesod) se manifiestan en nuestras acciones y relaciones con el mundo material (Maljut). Yesod actúa como el puente entre el mundo espiritual y el mundo terrenal.

Yesod se encuentra en el pilar central, justo debajo de Tiféret (Belleza). Está directamente conectada con las sefirot superiores, lo que la vincula estrechamente con la síntesis y la transmisión de la energía espiritual hacia el plano físico. También está conectada con Hod (Esplendor) y Netsaj (Victoria), reflejando su papel de fundamento para la acción y la recepción.

[Yesod]: Relación con la Creación:

Yesod se relaciona con la creación a través de su función como el nivel intermedio entre las esferas superiores y la realidad física. Actúa como el canal a través del cual las energías espirituales se canalizan y se manifiestan en la creación material. Es el fundamento para la materialización de la espiritualidad en la existencia terrenal.

Yesod, en la cosmología cabalística, se relaciona con la sexualidad principalmente por su posición y función dentro del árbol de la vida. Yesod se encuentra justo encima de Maljut, que representa el mundo material y físico. Yesod se considera la sefirá que canaliza y transmite las influencias divinas hacia el mundo material.

La sexualidad, desde la perspectiva cabalística, es vista como una fuerza creativa y poderosa que puede influir en la manifestación del mundo físico. Yesod es percibido como el canal a través del cual esta energía creativa se manifiesta en el mundo material. Además, Yesod se asocia con la imaginación y el inconsciente, donde las energías sexuales pueden residir y ser canalizadas hacia la creación y la procreación.

La unión sexual entre un hombre y una mujer se considera un acto sagrado que refleja la unión de las sefirot superiores, especialmente Tiféret y Maljut. Esta unión se considera esencial para mantener la armonía en el cosmos divino y para transmitir la energía divina hacia el mundo material.

Yesod se relaciona con la sexualidad porque es la sefirá que canaliza las energías creativas y divinas hacia el mundo físico, y la sexualidad se percibe como una de las formas en que estas energías se expresan y manifiestan en el plano terrenal.

El ***simbolismo sexual*** desempeña un papel crucial en la cosmología y la teología de la Cábala. A través de una serie de metáforas y alegorías, los cabalistas describen la relación entre el justo y la Shekiná (Shekinah), o presencia divina femenina, como una imitación de procesos superiores. Esta relación, según los cabalistas, refleja una dinámica misteriosa que



reside en el universo intradivino. La Shekiná se percibe como la pareja femenina de las nueve sefirot, consideradas como el "mundo del varón". Así, la relación entre el justo y la Shekiná se concibe como una mimesis de la relación entre Tiféret y Yesod, dos sefirot masculinas.

El "universo intradivino" se refiere al ámbito o dominio que está dentro de lo divino, es decir, dentro de la esfera o la realidad divina. En el contexto de la discusión cabalística sobre Yesod y la relación entre el hombre justo y la Shekiná, el "universo intradivino" se refiere al ámbito donde ocurren los procesos y las dinámicas divinas, que pueden ser reflejadas o imitadas en el mundo terrenal.

Para los cabalistas, el universo intradivino es el ámbito en el que se desarrollan las relaciones entre las diferentes sefirot, las emanaciones divinas, y donde ocurren los procesos de creación y manifestación de la realidad. Este universo se considera sagrado y trascendente, y es el origen de todo lo que existe en el mundo material.

La relación entre el hombre justo y la Shekiná, vista como una imitación o reflejo de las relaciones divinas en el universo intradivino, implica que el ser humano participa de alguna manera en esos procesos divinos a través de su propia conducta justa y su conexión con lo sagrado.

Esta concepción de la relación entre el justo y la Shekiná está fundamentalmente enraizada en un "simbolismo descendente". Esto significa que los procesos más importantes ocurren en el mundo divino, mientras que nosotros, aquí en la Tierra, solo reflejamos esta dinámica mística a través de nuestras acciones y relaciones. La unión entre Tiféret y Maljut, o la SheKiná, se considera esencial para el bienestar del mundo, ya que permite el flujo divino desde el En-Sof hacia el mundo inferior.

Los cabalistas otorgan gran importancia a la práctica del matrimonio y la unión sexual, ya que creen que estos actos tienen poderes teúrgicos (capacidad de influir en la realidad mediante prácticas espirituales o rituales que invocan fuerzas sobrenaturales o divinas). Al imitar la unión superior entre las sefirot, la pareja humana es capaz de restaurar la armonía en los mundos superiores, perturbada por el pecado original. Así, el matrimonio y la sexualidad se convierten en misterios que reflejan un matrimonio místico más elevado, esencial para el orden cósmico.

Un ejemplo de esta concepción es la relación entre la Knesset Israel (la Comunidad de Israel) y el Shabat. El Shabat se percibe como el esposo de la Knesset Israel, simbolizando la novena sefira, Yesod. La unión humana refleja entonces esta unión superior, contribuyendo así a mantener la armonía en los mundos divinos e inferiores (Moshé Idel, 1986).

La percepción sexual de la relación entre las sefirot también se destaca, con las sefirot superiores actuando como entidades masculinas y las sefirot inferiores como entidades



femeninas. Esta dinámica de sízygia, o unión de opuestos, se considera esencial para la existencia de la estructura divina.

El simbolismo sexual ocupa un lugar central en el pensamiento cabalístico, ofreciendo una perspectiva compleja sobre las relaciones entre las sefirot y entre el hombre y lo divino. Estas metáforas y alegorías testimonian la profundidad y riqueza de la cosmología cabalística, proporcionando a los adeptos un marco teológico y místico para comprender el mundo y su propia existencia.

[Yesod]: Aspectos Psicológicos:

Psicológicamente, Yesod está asociada con la imaginación, los sueños y las proyecciones mentales. Representa el reino de las ideas y los conceptos que eventualmente se traducen en acciones y experiencias concretas.

La Cábala también está relacionada a la sexualidad (Moshé Idel, 1986), en los recovecos secretos del alma humana, donde se teje la tela de los misterios más íntimos, florece un jardín de imágenes y metáforas entrelazadas en la trama sutil de la cábala. En el corazón de esta exploración, se erigen dos pilares majestuosos: el simbolismo vertical, escalando las cumbres celestiales, y el simbolismo horizontal, que abraza el horizonte terrenal con sus brazos fértiles. Entre estas dos fuerzas, el hombre se entrelaza en el filigrana (técnica artesanal utilizada en la joyería y la orfebrería para crear diseños intrincados y delicados mediante la manipulación de finos hilos de metal) de las divinidades, una danza eterna entre lo sagrado y lo profano.

En el rastro del simbolismo vertical, el alma humana se eleva como un amante, acariciando el firmamento de las ideas divinas. En los escritos de los maestros de la cábala teosófica, el amor entre el hombre y D-os está pintado en colores vibrantes, donde el alma, cual novia etérea, se enamora de lo divino en una unión mística. Las palabras de los sabios resuenan como ecos lejanos, revelando los secretos del universo en cada abrazo espiritual.

Y en la sombra de esas alturas celestiales, el simbolismo horizontal despliega su encanto terrenal. Allí, entre los entrelazos de seres iguales, se dibuja una danza íntima donde el amor se convierte en una sinfonía compartida entre dos iguales. La cábala teosófica, cual flor exótica, revela los misterios de la unión humana, donde cada aliento, cada roce, se convierte en una plegaria a la unidad.

Pero más allá de las palabras y las metáforas, se esconde una enseñanza más profunda. Porque en los pliegues de la imaginería sexual, la cábala revela los secretos de la creación misma. Entre el amor divino y humano, se teje el lienzo sagrado de la existencia, donde cada abrazo, cada beso, es una celebración de la vida en toda su esplendor.

Y mientras los escritos antiguos se desvelan, descubrimos que la cábala no es solo una búsqueda espiritual, sino también una celebración de la humanidad en toda su belleza y



complejidad. En cada imagen, cada palabra, reside el eco de una verdad eterna: que en la unión de los opuestos, en la danza de las almas, reside la clave de la comprensión universal.

Así, en los meandros de la cábala, descubrimos no solo los misterios del universo, sino también los misterios de nosotros mismos. Porque en cada metáfora, en cada símbolo, se esconde una parte de nuestro propio ser, una parte de nuestra propia divinidad. Y en esta exploración poética de las profundidades del alma, encontramos una fuente inagotable de fascinación y asombro.
En los rincones místicos de Jerusalén, donde las sombras bailan con los secretos milenarios, se alzan tres edificios, cada uno impregnado de divinidad, cada uno un santuario de lo sagrado. Orientado hacia el Occidente, se yergue el "Santo", vigilante como un guardián de los misterios del Universo. Al Sur, se encuentra el "Santo de los Santos", una cámara donde la esencia misma de la santidad florece. Pero es hacia el Este que dirige nuestra mirada, hacia el Santo de los Santos, la cámara nupcial donde las energías cósmicas se entrelazan en una danza sagrada.

En estos textos antiguos, impregnados de misticismo, reside una visión profunda del Templo de Jerusalén, un templo que trasciende los límites de lo tangible para abrazar lo divino. El lecho real del **Cantar de los Cantares** (libro bíblico del Antiguo Testamento, también conocido como el "Cantar de Salomón" o "Cántico de los Cánticos". Se encuentra dentro de la colección de libros sapienciales de la Biblia y está compuesto por una serie de poemas líricos que celebran el amor y la pasión entre un hombre y una mujer. Es considerado uno de los libros más bellos y poéticos de la Biblia.) se convierte en el símbolo de este templo, donde cada elemento fructifica y se multiplica en una sinfonía de creación.

Sin embargo, detrás del velo sagrado, se esconde un secreto aún más profundo, una verdad que solo los iniciados se atreven a vislumbrar. Aquí, en el Santo de los Santos, se desarrolla un acto de una íntima sacralidad, donde las fuerzas creadoras del Universo se unen en una unión divina. Los querubines, guardianes de esta cámara nupcial, son más que simples figuras celestiales; encarnan los propios atributos de D-os, la clemencia y la rigurosidad, en una dualidad eterna.

Esta percepción no es nueva; tiene sus raíces en el antiguo judaísmo, donde la presencia de la Shekiná era el aliento divino impregnando cada aspecto de la vida. Con la destrucción del Templo, esta presencia encontró refugio entre el pueblo de Israel, donde cada individuo, cada unión, se convierte en un templo viviente, una morada para la divinidad.

En esta visión cabalística, el acto sexual se convierte en mucho más que una simple unión carnal; es un ritual sagrado, una ascensión del alma hacia su fuente superior. La intención pura guía cada movimiento, atrayendo las fuerzas celestiales hacia el mundo terrenal. La unión mística del hombre con su mujer se convierte así en el puente entre lo divino y lo humano, una danza sagrada donde la Chekiná desciende para residir entre los mortales.



Esta concepción encuentra ecos en otras tradiciones místicas, como el Tantra, donde el acto sexual es en sí mismo un camino hacia la iluminación. Pero en la Cábala, la procreación sigue siendo el objetivo final, un acto de creación en colaboración con la divinidad.

El matrimonio se convierte entonces en el primer paso hacia una unión más profunda, una unión no solo con un cónyuge terrenal, sino también con la Chejiná misma. A través de esta unión, el hombre alcanza un estatus mítico, convirtiéndose en el esposo de lo divino, un guardián de los misterios celestiales.

Sin embargo, este camino no está exento de obstáculos; el matrimonio corporal a veces puede obstaculizar la ascensión espiritual, como ilustra la historia de Jacob y Raquel. Es solo al alcanzar la tierra santa, al trascender los límites de lo terrenal, que el alma puede unirse plenamente con lo divino.

Así, en los meandros de la Cábala, se vislumbra una visión fascinante de la unión entre lo humano y lo divino, una danza eterna donde cada gesto, cada pensamiento, está impregnado de lo sagrado. En esta cámara nupcial celestial, el hombre y la divinidad se unen en un abrazo eterno, tejiendo los hilos de la creación en una sinfonía de amor y luz.
Así hemos explorado en las profundidades de la Cábala, donde la relación entre lo humano y lo divino se entrelaza en una danza mística de símbolos y significados. Desde las antiguas raíces del judaísmo hasta las complejas interpretaciones cabalísticas, cada palabra revela un universo de comprensión y revelación.

La narrativa de Jacob y Raquel (Jacob es un patriarca del pueblo de Israel, hijo de Isaac y nieto de Abraham. Raquel es una de las dos esposas de Jacob, junto con su hermana Lea), tanto en su dimensión terrenal como en su significado cósmico, nos lleva a explorar los misterios de la unión espiritual a través del matrimonio. La tierra santa se convierte en el escenario sagrado donde las almas se entrelazan en una danza etérea, trascendiendo las limitaciones del mundo material para alcanzar la unión con lo divino.

En este cosmos cabalístico, el matrimonio no es solo un acto terrenal, sino un reflejo de la unión celestial entre los atributos divinos. La síntesis entre el matrimonio corpóreo y las bodas espirituales nos muestra la dualidad inherente a la naturaleza humana, que busca alcanzar la armonía tanto en el plano terrenal como en el celestial.

El simbolismo sexual, arraigado en la relación entre el justo y la Shekiná, revela la esencia misma de la creación, donde lo masculino y lo femenino se entrelazan en una danza cósmica de creación y renovación. Esta relación refleja la síntesis entre lo divino y lo humano, donde cada acto humano encuentra su eco en los planos más elevados de la existencia.

La comprensión cabalística de la sexualidad y el matrimonio nos invita a contemplar la sexualidad como un misterio sagrado, un reflejo del eterno vínculo entre el hombre y lo



divino. A través del acto sexual puro, el hombre puede participar en la obra de la creación, restaurando la armonía en los mundos superiores y terrenales.

En última instancia, la cábala nos ofrece una visión profunda y poética de la relación entre lo humano y lo divino, donde el matrimonio se convierte en un puente hacia la trascendencia y la unión con lo eterno. En esta danza cósmica de símbolos y significados, encontramos la esencia misma de la existencia, donde cada acto humano se convierte en una expresión de la divinidad que reside dentro de nosotros.

Otra de las características de la sefirá Yesod es el oponente, también conocido como el **EGO**, esta es la parte más difícil en esta dimensión, Yesod nos sumerge en un fascinante análisis sobre el ego, esa parte de nosotros mismos que a menudo opera en las sombras, influenciando nuestras acciones, percepciones y relaciones. A través de una serie de diálogos internos y externos, se nos presenta la complejidad de esta entidad psicológica y su profundo impacto en nuestras vidas.

Yesod nos lleva a reflexionar sobre cómo el ego actúa como una fuerza impulsora detrás de muchas de nuestras acciones. Desde la búsqueda de reconocimiento y aprobación hasta el miedo a la vulnerabilidad y la autoafirmación, el ego se manifiesta en nuestras vidas de formas que a menudo pasan desapercibidas. Nos hace perseguir metas y logros externos, en un esfuerzo por validar nuestra propia valía y sentido de identidad.

El ego nos desafía a reconocer que el ego no es solo una parte intrínseca de nuestra psique, sino también un arma de doble filo. Aunque puede impulsarnos hacia el éxito y la autoexpresión, también puede ser la fuente de nuestro sufrimiento y conflicto interno. Nos hace ver a los demás como competidores en lugar de compañeros, y nos impulsa a mantener una fachada de perfección y poder.

Una de las ideas más intrigantes es la noción de que el ego se esconde en el último lugar en el que buscaríamos: dentro de nosotros mismos (Luc Benson, Revolver, 2005). Esta idea nos invita a cuestionar nuestras percepciones y creencias arraigadas sobre quiénes somos y qué nos impulsa. Nos desafía a mirar más allá de nuestras máscaras externas y confrontar las partes más oscuras de nuestra propia psique.

Además, el ego no solo se manifiesta a nivel individual, sino también a nivel colectivo. Se nos presenta la idea de que nuestra sociedad está inundada de ego, con personas compitiendo por poder, reconocimiento y dominio sobre los demás. Esto crea un ciclo de conflicto y sufrimiento que solo puede romperse cuando aprendemos a trascender nuestras limitaciones egoístas y abrazar la verdadera naturaleza de nuestra humanidad.

En última instancia, el ego nos desafía a mirar más allá de las ilusiones y buscar una mayor comprensión de nosotros mismos y de los demás. Nos invita a reconocer que el verdadero poder yace en nuestra capacidad para trascender nuestras limitaciones egoístas y conectar



con nuestra verdadera esencia. Solo entonces podemos encontrar la paz y la plenitud que tanto anhelamos.

A continuación te presento 13 preguntas que te harán reflexionar sobre ti mismo:

1. "*¿Por qué 'donde no quieres ir' es donde está el oponente* (Luc Benson, Revolver, 2005)*?*" Esto sugiere que el verdadero desafío reside en enfrentar las partes de nosotros mismos que evitamos o negamos. El "oponente" se oculta en esas áreas desconocidas o incómodas de nuestra psique.
2. "*¿Dónde se oculta el oponente?*" El oponente se esconde dentro de nosotros mismos, en nuestras percepciones distorsionadas y en las proyecciones que creamos sobre los demás. Es decir, está en nuestras mentes, manifestándose a través de pensamientos, emociones y comportamientos.
3. "*¿Quién es el oponente?*" El "oponente" se refiere al ego, esa parte de nuestra mente que busca mantener una imagen inflada de uno mismo, aferrarse al poder y la superioridad, y a menudo nos lleva a la confrontación con los demás y con nosotros mismos.
4. "*¿Por qué existe el oponente?*" El ego surge como una construcción psicológica resultado de nuestras interacciones con el mundo y nuestras experiencias personales. Surge como una forma de protección y autoafirmación, pero puede convertirse en una fuerza destructiva si no se maneja adecuadamente.
5. "*¿Cómo deshacernos del oponente?*" Deshacernos del ego implica un proceso de autoconciencia y autodisciplina. Implica reconocer las tendencias egoístas en uno mismo, cuestionar las creencias arraigadas y practicar la humildad y la compasión hacia uno mismo y hacia los demás.
6. "*¿Por qué te hace creer que él es tú?*" El ego nos engaña haciéndonos creer que nuestras identidades están intrínsecamente ligadas a él. Nos identificamos con nuestros pensamientos, emociones y roles sociales, creyendo erróneamente que son quienes somos realmente.
7. "*¿Por qué las personas creen que no pueden vivir sin él?*" Las personas a menudo creen que no pueden vivir sin su ego porque se han identificado tan profundamente con él que han perdido de vista su verdadera esencia. Han internalizado la voz crítica y autocrítica del ego como su propia voz, creyendo que es esencial para su supervivencia y autoestima.
8. "*¿Por qué es nuestra propia ignorancia?*" La ignorancia radica en nuestra incapacidad para reconocer la verdadera naturaleza del ego y su influencia en nuestras vidas. Al ignorar las motivaciones y las dinámicas del ego, nos volvemos vulnerables a sus manipulaciones y sufrimos las consecuencias de nuestras acciones egoístas.
9. "*¿Por qué el ego crea enemigos externos?*" El ego tiende a proyectar sus propias inseguridades y miedos en los demás, creando enemigos externos como una forma de mantener su propia imagen inflada y justificar sus acciones. Esto le permite al ego mantener su posición dominante y proteger su sentido de identidad.
10. "*¿Por qué la gente confía en él?*" La gente confía en el ego porque se identifica con él como su propia identidad. No reconocen que el ego puede ser una fuente de conflicto y sufrimiento, y en cambio, lo ven como una parte integral de sí mismos que debe ser protegida y alimentada.

11. "*¿Por qué creen que son él?*" Las personas creen que son el ego porque han internalizado sus pensamientos, emociones y roles sociales como parte de su identidad. Se han identificado tan profundamente con el ego que han perdido de vista su verdadera esencia más allá de él.
12. "*¿Por qué la gente hace lo que sea por proteger su ego?*" La gente hace lo que sea por proteger su ego porque creen erróneamente que su valía como individuos está vinculada a él. Temen perder su sentido de identidad y autoestima si su ego es amenazado, por lo que están dispuestos a defenderlo a toda costa.
13. "*¿Por qué todo enemigo externo es una proyección del ego?*" Todo enemigo externo es una proyección del ego porque el ego tiende a proyectar sus propias inseguridades y miedos en los demás. Creamos enemigos externos para justificar nuestras acciones y mantener nuestra propia imagen inflada, sin reconocer que la verdadera fuente del conflicto y el sufrimiento yace dentro de nosotros mismos.

El ego no nos deja avanzar ya que no vemos lo más importante ya no digamos a nivel individual sino como especie, ya que pasamos la mayor parte del tiempo sin entender quiénes somos realmente y enfrentándonos y compitiendo unos con otros para saber quién es el mejor, perdemos de vista cuatro puntos importantes:

1. **Naturaleza de la realidad y la creación:** En la Cábala, se sostiene que el universo es una emanación de la divinidad, una creación de la energía primordial de D-os que desciende a través de una serie de dimensiones o "sefirot", la realidad es el producto de una compleja ecuación y diseño, reflejando la idea de una creación ordenada y controlada por fuerzas más allá de la comprensión humana.
2. **Libre albedrío y destino:** La Cábala considera que la humanidad tiene la capacidad de influir en su destino a través de las decisiones y acciones que toma. Esta idea se relaciona con la noción de libre albedrío, donde las elecciones individuales tienen un impacto en el curso de la vida y el universo en su conjunto. Esto le otorga al ser humano una tarea crucial que implica la toma de decisiones que afectarán su destino como especie.
3. **La búsqueda de la unidad y la conexión con lo divino:** En la Cábala, se enseña que el objetivo último es alcanzar la unidad con D-os y con el universo, trascendiendo las limitaciones del ego y la dualidad. El ser humano por naturaleza es un individuo que busca la verdad y la liberación del sistema de control impuesto, una de las herramientas con las cuales se libera es a través de la búsqueda espiritual de la unidad y la conexión con una realidad más elevada.
4. **El papel del sacrificio y la redención:** En la Cábala, el concepto de tikkun olam (reparación del mundo) sugiere que los individuos tienen la responsabilidad de contribuir a la mejora y restauración del universo. Esto puede implicar sacrificios personales en aras del bien común y la redención del mundo.

El ego, esa voz interna que constantemente nos acompaña y nos dicta, aquí abordaremos el tema del ego desde una perspectiva introspectiva y crítica, compartiendo su profundo conocimiento sobre cómo esta voz puede afectar nuestras vidas.

Desde el inicio, el ego puede convertirse en un obstáculo para el crecimiento personal y el bienestar emocional. Esta voz interna, a menudo negativa y crítica, puede llevarnos a sentirnos insatisfechos con nosotros mismos y con nuestras vidas. Además, el ego puede influir en nuestras interacciones con los demás, llevándonos a buscar la validación externa y a culpar a los demás por nuestra infelicidad.

Una de las ideas clave es la importancia de reconocer la propia responsabilidad en el manejo del ego. Muchas personas intentan cambiar a los demás para sentirse felices, sin darse cuenta de que la verdadera felicidad viene de adentro. En lugar de buscar fuera de nosotros mismos, hay que enfatizar la importancia de mirar hacia adentro y hacer el trabajo interno necesario para transformar nuestras vidas.

Un aspecto interesante es la relación entre el ego y la percepción de uno mismo. El ego puede distorsionar nuestra percepción de la realidad, haciéndonos creer que somos mejores o peores de lo que realmente somos. Esta falta de autenticidad puede llevar a una sensación de desconexión con nosotros mismos y con los demás, creando conflictos internos y externos.

El ego puede manifestarse en diferentes áreas de nuestras vidas, desde nuestras relaciones personales hasta nuestra carrera profesional. El ego puede influir en nuestras decisiones y comportamientos, limitando nuestro potencial y obstaculizando nuestro crecimiento.

Por eso debemos de enfatizar la importancia de entrenar y controlar el ego para vivir una vida más plena y auténtica.

Aquí vamos a proponer técnicas y prácticas para diluir la intensidad de la voz del ego y encontrar la paz interior. Al hacerlo, nos embarcaremos en un viaje de autoconocimiento y transformación personal que nos llevará a una mayor felicidad y realización en la vida, estas la son las técnicas propuestas que puedes hacer:

1. **Mindfulness y meditación:** La práctica regular de la meditación y el mindfulness puede ayudar a calmar la mente y a observar los pensamientos sin identificarse con ellos. Al observar la voz del ego desde una perspectiva más distante, podemos reducir su influencia en nuestras vidas.
2. **Autoindagación:** Cuestionar los pensamientos y creencias automáticas del ego puede ayudar a desafiar su validez y a cuestionar su influencia sobre nosotros. Preguntas como "¿Esta creencia es realmente cierta?" o "¿Cómo me sentiría si no creyera en este pensamiento?" pueden ser útiles.
3. **Prácticas de respiración:** La respiración consciente puede ser una herramienta poderosa para calmar la mente y reducir la intensidad de los pensamientos del ego. Prueba dedicar unos minutos al día para concentrarte en tu respiración, inhalando y exhalando conscientemente.



4. **Autoaceptación y compasión:** Cultivar la autoaceptación y la compasión hacia uno mismo puede ayudar a reducir la necesidad de aprobación externa y a disminuir la voz crítica del ego. Trata de tratarte a ti mismo con la misma compasión que le mostrarías a un amigo que está pasando por un momento difícil.
5. **Prácticas de gratitud:** Centrarse en las cosas por las que estamos agradecidos puede ayudar a cambiar el enfoque de la mente hacia lo positivo y a disminuir la tendencia del ego a centrarse en lo negativo.
6. **Desapego emocional:** Practicar el desapego emocional implica aprender a observar las emociones sin identificarse con ellas. Reconoce que las emociones son temporales y que no definen tu identidad.
7. **Desarrollo personal:** El crecimiento personal y la búsqueda de autoconocimiento pueden ayudar a entender mejor las motivaciones y patrones del ego, lo que a su vez puede ayudar a reducir su influencia en nuestras vidas.
8. **Estar presente en el momento:** Enfocarse en el momento presente y disfrutar de las experiencias sin preocuparse por el pasado o el futuro puede ayudar a calmar la mente y a reducir la influencia del ego.

Debemos de hacer una reflexión profunda sobre el papel del ego en nuestras vidas y cómo puede influir en nuestras acciones, pensamientos y relaciones con los demás. Esto destaca la importancia de reconocer la presencia del ego y de aprender a manejarlo para alcanzar una relación más grata con uno mismo y con los demás.

El ego se presenta como una voz constante en nuestra cabeza, que nos juzga, nos crítica y nos hace sentir inseguros. Esta voz puede ser destructiva si la dejamos tomar el control, ya que nos lleva a vivir en un constante estado de insatisfacción y negatividad. Sin embargo, el autor sugiere que podemos aprender a hacer las paces con nuestro ego y tomar el control de nuestros pensamientos y acciones.

Hago hincapié en la importancia de desarrollar una relación más amorosa y compasiva con nosotros mismos, en lugar de depender de la aprobación y reconocimiento de los demás para sentirnos valiosos. Esto implica llenar nosotros mismos nuestro propio ser con amor, aceptación, reconocimiento, valía y respeto, en lugar de depender de que otros nos proporcionen estas cosas.

También es muy importante reconocer la diferencia entre el ego y nuestra conciencia. Mientras que el ego habita en nuestra cabeza y nos hace sentir separados de los demás, nuestra conciencia reside en nuestro corazón y nos conecta con nuestra intuición y nuestra verdadera esencia.

Esto nos invita a reflexionar sobre la forma en que interactuamos con nuestro ego y cómo esto afecta nuestras vidas y relaciones. Al aprender a reconocer y manejar nuestro ego, podemos alcanzar una mayor paz interior y relaciones más gratificantes con nosotros mismos y con los demás.



[Yesod]: Conexión Espiritual:

Yesod está vinculada a la conexión espiritual a través de la transmisión de energía divina hacia la manifestación en la realidad cotidiana. Es un puente entre el mundo espiritual y el físico, facilitando la conexión y la alineación con las fuerzas superiores.

Yesod se visualiza como un canal a través del cual fluyen las energías divinas hacia la realidad física. Conectar espiritualmente con Yesod implica abrirse a esta corriente de energía y permitir que fluya a través de uno mismo para influir en la realidad circundante.
Yesod se asocia con la integración de polaridades, especialmente las polaridades masculina y femenina. Esto implica reconocer y equilibrar estas energías dentro de uno mismo, así como en las relaciones y en el mundo en general. En la tradición cabalística, Yesod se relaciona con la unión cósmica entre las sefirot superiores y la manifestación material. Conectar espiritualmente con Yesod implica sentirse parte de esta unión cósmica y reconocer la interconexión entre todos los aspectos del universo.
Yesod se considera también como el sefirah asociado con la pureza y la claridad espiritual. Conectar con Yesod implica purificar los propios pensamientos, emociones y acciones para permitir que la luz divina brille a través de uno mismo.
También se relaciona con la verdad y la honestidad. Conectar espiritualmente con Yesod implica vivir de acuerdo con la verdad interior y actuar con integridad en todas las áreas de la vida.

También para esta bien en la parte espiritual es fundamental dominar nuestro ego, esa fuerza invisible pero poderosa que moldea nuestra percepción del mundo y nuestras interacciones con él, se erige como el director silencioso pero omnipresente de nuestras vidas. El ego ha tejido sus hilos en los tejidos mismos de la sociedad contemporánea, generando una maraña de egocentrismo que se manifiesta en todas las esferas de la existencia humana.

Desde los medios de comunicación hasta las dinámicas familiares y las políticas nacionales, el ego ha encontrado un terreno fértil en el materialismo desenfrenado que caracteriza a nuestra época. Este enfoque en lo material ha engendrado energías de baja conciencia, que nutren y fortalecen al ego en su constante búsqueda de satisfacción y poder.

Pero, ¿cómo surgió esta entidad tan influyente en el escenario cósmico? Según la narrativa espiritual presentada por la Cábala, el ego es el producto desde tiempos inmemoriales después de la explosión cósmica que origino el universo, el primer ser creado a semejanza de D-os Adam Kadmon fue engañado por el oponente (Hasatan) lo que dividió la conciencia universal en dos fuerzas activas: la inteligencia eléctrica y el amor magnético y por otra parte el ego. Estas fuerzas se unieron en equilibrio para dar origen al ego, ese impulso de individualidad que habita en cada uno de nosotros.

Desde el momento de la concepción, el ego comienza su influencia sobre el ser en desarrollo. La experiencia intrauterina está marcada por sensaciones de confort y malestar



que el feto percibe, creando así los primeros cimientos del ego. El nacimiento mismo es un acto de separación, que despierta en el recién nacido un sentido de necesidad y un anhelo por la seguridad y el confort del útero materno (Nelly Arias, 2020).

Este impulso egocéntrico se manifiesta a lo largo de la infancia y la vida adulta, impulsando nuestras acciones y decisiones en busca de satisfacción y supervivencia. El ego se convierte en el guardián de nuestra individualidad, pero también en la fuente de nuestros conflictos internos y externos.

Las características del ego, desde la crítica hasta el odio y la violencia, son el resultado de hábitos mentales y emocionales arraigados en nuestro subconsciente. Estos patrones de pensamiento y comportamiento egocéntricos pueden ser difíciles de cambiar, pero es esencial reconocer su influencia para liberarnos del dolor y el sufrimiento que generan.

Pero tenemos esperanza y redención, se nos recuerda que, a través de la purificación de nuestra conciencia y la conexión con la conciencia divina, podemos liberarnos del control del ego y encontrar la paz interior. La práctica diaria de la meditación y la oración nos permite entrar en contacto con una fuerza mayor que nos guía hacia la armonía y el amor verdadero.

El ego es una fuerza omnipresente en nuestras vidas, pero no está destinado a ser nuestro amo. Con conciencia y práctica, podemos liberarnos de su influencia y encontrar la verdadera libertad y felicidad en la conexión con lo divino.

El ego, esa voz interna que constantemente nos juzga y nos impulsa hacia la satisfacción personal o la defensa ante las amenazas percibidas, es un elemento omnipresente en la experiencia humana. El ego se manifiesta en nuestras vidas a través de diversas situaciones cotidianas, desde los momentos de vergüenza hasta las discusiones acaloradas sobre temas políticos (Susana Alles, 2023).

La vergüenza, ese sentimiento que nos embarga cuando recordamos acciones pasadas que nos hacen desear desaparecer, es presentada como una oportunidad para desmantelar al ego. En lugar de temerle a las situaciones humillantes, debemos darles la bienvenida, ya que nos ayudan a confrontar y debilitar al ego, revelando así nuestra verdadera naturaleza.

El ego se presenta como una capa de identidad que nos envuelve y nos hace aferrarnos a una imagen idealizada de nosotros mismos. A través de ejemplos como las discusiones políticas o las situaciones incómodas con nuestros seres queridos, se muestra cómo el ego busca constantemente la validación y defensa de su posición.

Sin embargo, la incomodidad puede ser una herramienta poderosa para debilitar al ego. Al enfrentarnos a situaciones que desafían nuestra comodidad y nos obligan a cuestionar nuestras creencias y acciones, comenzamos a desmantelar las capas de identidad egoísta

que nos impiden conectarnos verdaderamente con los demás y con nuestra esencia más profunda.

El acto de dar, especialmente cuando se hace de manera incómoda o desinteresada, se presenta como una forma de contrarrestar el dominio del ego. A través de ejemplos personales, se ilustra cómo compartir nuestras habilidades, tiempo y recursos con los demás puede abrirnos a una experiencia más plena y significativa de la vida.

En última instancia, reflexiona sobre cómo nuestras acciones y actitudes impactan en la forma en que experimentamos el mundo y nos relacionamos con los demás. Al reconocer la influencia del ego en nuestras vidas y tomar medidas para debilitarlo, podemos abrirnos a una mayor conexión con nosotros mismos, con los demás y con el universo que nos rodea.
A lo largo de la historia, el ego ha sido utilizado como una herramienta poderosa por el oponente para engañar y desviar al ser humano de su verdadero propósito y conexión con D-os. La vanidad, el narcisismo y la autoidolatría han sido utilizados para seducir a las personas hacia un camino de egocentrismo y alejamiento de los valores espirituales.

El diablo, oponente, hasatan, satanas, lucifer, ego, como sea que hayas escuchado de él, representado como un ser que se deleita en la observación y manipulación de los seres humanos, promueve la idea de que el pecado favorito es la vanidad. Esta vanidad se manifiesta en la obsesión por uno mismo, el deseo de ser admirado y la búsqueda constante de gratificación personal. A través de la egolatría, el diablo narcotiza a las personas, haciéndolas creer que su propio yo es lo más importante y que merecen todas las indulgencias y placeres terrenales (Hackford, 1997).

El oponente se revela cómo el hasatan aprovecha la culpa y la autocrítica del ser humano para mantenerlo atrapado en un ciclo de autocondena. Utiliza la estrategia de hacer que la persona se sienta responsable de sus errores y fracasos pasados, alimentando así su sentimiento de culpa y separándolo aún más de D-os.

El oponente presenta una visión distorsionada de D-os como un ser caprichoso y cruel que se divierte a expensas de la humanidad. En lugar de mostrar compasión y misericordia, lo retrata como un ser egoísta que disfruta viendo sufrir a los humanos y estableciendo reglas absurdas para su entretenimiento.

El oponente argumenta que es mejor reinar en el infierno que servir en el cielo, insinuando que el poder y la libertad están en seguir sus deseos terrenales en lugar de someterse a la voluntad de D-os. Utiliza la tentación de la autonomía y la autoridad sobre el sufrimiento humano para seducir a cada persona hacia su lado.

En última instancia, el oponente se nos presenta como un humanista, en contraposición a la visión divina, proclamando que ha sido el verdadero gobernante del siglo XX (Hackford, 1997) y que su tiempo de dominio está llegando a su culminación. A través de la



manipulación del ego y la distorsión de la imagen de D-os, el diablo busca mantener a las personas alejadas de la verdad espiritual y sumergidas en la oscuridad del egoísmo y la vanidad.

El ego ha sido una herramienta fundamental para el hastan en su misión de desviar a la humanidad del camino de la luz y la verdad. A través de la vanidad y la egolatría, el diablo ha sembrado la discordia y el alejamiento de D-os, llevando a las personas a una espiral de autoindulgencia y separación espiritual. Es crucial reconocer estas artimañas y buscar la verdad y la conexión con D-os más allá de las ilusiones del ego.

[Yesod]: Parte del Cuerpo Representada y su Conexión:

Yesod se asocia con los órganos genitales y la zona pélvica. Esta conexión simboliza la fertilidad y la capacidad de generar vida, reflejando la función de Yesod como el fundamento para la manifestación y la creación en el mundo material.

[Yesod]: Acciones para Equilibrar la Sefirá:

1. **Cultivar la Imaginación Creativa:** Desarrollar la capacidad de visualizar y proyectar mentalmente las metas y aspiraciones.
2. **Mantenimiento de la Pureza de Intención:** Asegurarse de que las acciones estén alineadas con las intenciones más elevadas.

[Yesod]: ¿Qué Ayuda a Equilibrar la Sefirá? ¿Qué la Desequilibra?

Ayuda a Equilibrar:

- **Conexión Espiritual Regular:** Prácticas espirituales que fortalezcan la conexión con fuerzas superiores. Las prácticas espirituales, como la meditación, la oración o el yoga, pueden ayudar a calmar la mente y reducir el estrés, lo que conduce a un mayor sentido de paz interior y serenidad. Al conectarse con fuerzas superiores, muchas personas experimentan una mayor claridad mental y capacidad para tomar decisiones sabias y ponderadas en su vida diaria. La conexión espiritual puede brindar consuelo y apoyo durante tiempos difíciles, ayudando a las personas a enfrentar desafíos con fortaleza emocional y resistencia. Al sentirse conectado con fuerzas superiores, muchas personas experimentan un sentido más profundo de propósito y significado en la vida, lo que puede guiar sus acciones y decisiones hacia objetivos más elevados. La conexión espiritual a menudo está asociada con un mayor sentido de empatía y compasión hacia los demás, lo que puede promover relaciones más saludables y satisfactorias con los demás. Se ha demostrado que las prácticas espirituales, como la meditación y el yoga, tienen beneficios para la salud física, como la reducción de la presión arterial, el fortalecimiento del sistema inmunológico y la mejora del sueño. La conexión espiritual puede fomentar el crecimiento personal y el autodescubrimiento al



ayudar a las personas a explorar sus valores, creencias y deseos más profundos. Muchas tradiciones espirituales fomentan un sentido de comunidad y pertenencia entre sus seguidores, lo que puede brindar apoyo social y camaradería.

- **Integración de Sueños y Visiones:** Aprovechar la sabiduría de los sueños y visiones para guiar las acciones. En primer lugar, los sueños y visiones son expresiones del inconsciente, donde se procesan y se representan simbólicamente aspectos de nuestra psique y de nuestra realidad interna. Al prestar atención a los mensajes y símbolos que aparecen en los sueños y visiones, podemos ganar una comprensión más profunda de nosotros mismos, de nuestros conflictos internos y de nuestras necesidades emocionales. Esta autoconciencia nos permite abordar áreas de nuestra vida que necesitan atención y trabajar hacia el crecimiento personal.

  Además, los sueños y visiones también pueden proporcionar orientación práctica y creativa. A menudo, presentan soluciones a problemas que enfrentamos en la vida cotidiana o nos ofrecen ideas innovadoras para proyectos creativos. Al integrar estas revelaciones en nuestra vida diaria, podemos tomar decisiones más informadas y avanzar hacia nuestros objetivos con mayor claridad y confianza.

  La integración de sueños y visiones requiere un enfoque consciente y receptivo hacia el mundo onírico. Esto implica mantener un diario de sueños para registrar y reflexionar sobre las experiencias nocturnas, así como practicar técnicas de incubación de sueños para dirigir la mente hacia temas específicos antes de dormir. Además, puede implicar el uso de prácticas como la meditación, la visualización creativa y el trabajo con arquetipos para profundizar en el significado simbólico de los sueños y visiones.

  La integración de sueños y visiones nos invita a aprovechar el poder transformador de la mente inconsciente para enriquecer nuestra vida y guiar nuestras acciones. Al honrar y trabajar con nuestras experiencias oníricas, podemos cultivar una mayor autoconciencia, creatividad y conexión con nuestro propósito más profundo.

  Por otra parte, Tener una visión clara de nuestros objetivos y buscar cumplir nuestros sueños puede traer una serie de beneficios significativos. Tener una visión clara de lo que queremos lograr nos ayuda a enfocar nuestra energía y recursos en actividades que nos acercan a nuestros objetivos. Esto nos permite evitar distracciones y tomar decisiones alineadas con nuestras metas. La visión de nuestros sueños nos proporciona una poderosa fuente de motivación y determinación. Nos inspira a perseverar a pesar de los desafíos y obstáculos que puedan surgir en el camino hacia nuestros objetivos. Perseguir nuestros sueños nos brinda un sentido más profundo de propósito y significado en la vida. Nos permite conectar con lo que realmente nos importa y nos impulsa a trabajar hacia algo que consideramos valioso y significativo. El proceso de perseguir nuestros sueños nos desafía a crecer y desarrollarnos como individuos. Nos enfrentamos a nuevas

experiencias, aprendemos de nuestros errores y nos convertimos en versiones más fuertes y completas de nosotros mismos en el camino hacia la realización de nuestros objetivos. Al lograr hitos y alcanzar metas en el camino hacia nuestros sueños, fortalecemos nuestra autoconfianza y autoestima. Nos demostramos a nosotros mismos que somos capaces de superar desafíos y alcanzar el éxito, lo que nos impulsa a seguir adelante con aún más confianza. El logro de nuestros sueños y objetivos nos brinda una sensación de felicidad y satisfacción profunda. Experimentamos una alegría duradera al ver materializados nuestros esfuerzos y al vivir la vida de acuerdo con nuestras aspiraciones más profundas.

- **La alabanza no debe de importarte**: Puedes experimentar una serie de beneficios. Te permite ser auténtico contigo mismo y actuar de acuerdo con tus valores y principios en lugar de buscar la aprobación de los demás. Estás liberado de la necesidad de buscar constantemente la validación externa, lo que te permite tomar decisiones basadas en lo que realmente quieres en lugar de lo que otros esperan de ti. No preocuparte por la alabanza puede reducir el estrés y la ansiedad relacionados con la necesidad de cumplir con las expectativas de los demás o de impresionar a los demás. Al centrarte en tu propio juicio y valorarte por quién eres, en lugar de depender de la aprobación externa, puedes desarrollar una mayor autoestima y confianza en ti mismo. Estar libre de la necesidad de alabanza te permite explorar tus intereses, pasiones y metas de una manera más auténtica y sin restricciones impuestas por las expectativas externas. Al no preocuparte por la alabanza, puedes cultivar relaciones más auténticas y significativas basadas en la conexión genuina y el apoyo mutuo, en lugar de la necesidad de impresionar o complacer a los demás. La libertad de expresarte sin preocuparte por la alabanza puede fomentar la creatividad y la innovación al permitirte explorar nuevas ideas y enfoques sin miedo al juicio externo.
- **La crítica no debe de afectarte:** experimentas una serie de beneficios significativos, al no dejarte influir negativamente por la crítica, mantienes una mayor confianza en ti mismo y en tus habilidades. Esto te permite enfrentar desafíos y perseguir tus objetivos con determinación. La preocupación constante por lo que los demás piensan de ti puede generar estrés y ansiedad. Al no preocuparte por la crítica, reduces estos niveles de estrés y te sientes más tranquilo y relajado en general. La falta de preocupación por la crítica te permite enfocarte en tu propio crecimiento y desarrollo personal. Puedes tomar decisiones basadas en lo que es mejor para ti, en lugar de tratar de satisfacer las expectativas de los demás. Cuando no te importa la crítica, te sientes más libre para expresar tus opiniones y ser auténtico en tu comunicación. No te restringes por el miedo a ser juzgado o criticado por los demás. Desarrollas una mayor capacidad para manejar la adversidad y superar los obstáculos cuando no te dejas afectar por la crítica. Esto te hace más resistente y te permite recuperarte más fácilmente de los contratiempos. Al no permitir que la crítica afecte tu autoestima, desarrollas un sentido más sólido de autoaceptación y autovaloración. Te aceptas a ti mismo tal como eres y no dependes de la aprobación externa para sentirte valioso. La falta de



preocupación por la crítica te permite relacionarte con los demás de manera más auténtica y sincera. No estás constantemente buscando la validación de los demás, lo que puede fortalecer tus relaciones y fomentar la conexión genuina.

Ayuda a Desequilibrar:

- **Deseo Desordenado:** La búsqueda excesiva de placeres materiales puede desequilibrar Yesod. La búsqueda obsesiva de placeres materiales puede distraer de la conexión espiritual y del propósito más profundo de la vida. Esto puede llevar a una sensación de vacío interior y falta de satisfacción a largo plazo.

  La dependencia excesiva de los placeres materiales puede conducir a altibajos emocionales. Cuando la felicidad se basa únicamente en posesiones materiales o experiencias sensoriales, se vuelve frágil y susceptible a cambios repentinos.

  El enfoque exclusivo en la búsqueda de placeres materiales puede dejar un vacío existencial. A pesar de tener comodidades y lujos, uno puede sentir que falta algo más significativo en la vida, lo que puede provocar sentimientos de insatisfacción y desesperanza.

  La obsesión por los placeres materiales puede llevar a relaciones superficiales y basadas en el interés propio. Las conexiones humanas genuinas pueden ser descuidadas en favor de buscar satisfacción personal inmediata, lo que puede generar alienación y soledad.

  La búsqueda excesiva de placeres materiales puede llevar a un desequilibrio financiero. Gastar más de lo que se tiene en la búsqueda de satisfacción material puede generar deudas y problemas económicos a largo plazo.

  La obsesión por los placeres materiales puede llevar a una pérdida de autenticidad personal. Uno puede sentir la necesidad de mantener una imagen o apariencia de éxito basada en posesiones materiales, en lugar de expresar su verdadero yo y valores internos.

- **Desconexión Espiritual:** La falta de atención a la conexión espiritual puede generar desequilibrios. Cuando una persona descuida su conexión espiritual, puede experimentar un profundo sentido de vacío interior. La espiritualidad brinda significado y propósito a la vida, y la falta de conexión con lo trascendente puede dejar a alguien sintiéndose perdido y sin rumbo.
  La conexión espiritual proporciona orientación y dirección en la vida. Sin esta conexión, una persona puede sentirse desorientada y sin un sentido claro de qué camino seguir. Esto puede dificultar la toma de decisiones importantes y la definición de metas y objetivos significativos.

La espiritualidad puede ser una fuente de consuelo, paz interior y equilibrio emocional. La falta de conexión espiritual puede conducir a desequilibrios emocionales, incluida la ansiedad, la depresión y el estrés crónico.
La espiritualidad puede fortalecer la capacidad de una persona para hacer frente a los desafíos y adversidades de la vida. Sin esta conexión, es posible que una persona carezca de la resiliencia necesaria para enfrentar los desafíos con confianza y determinación. La conexión espiritual puede fomentar relaciones significativas y auténticas con los demás, basadas en el respeto mutuo, la compasión y el amor incondicional. La falta de atención a la espiritualidad puede llevar a relaciones superficiales y vacías, que carecen de profundidad y significado. La espiritualidad a menudo se experimenta en el contexto de una comunidad religiosa o espiritual. Descuidar la conexión espiritual puede resultar en la falta de pertenencia a una comunidad de apoyo, lo que puede llevar a la soledad y el aislamiento. La espiritualidad es una forma de experimentar una conexión más profunda con uno mismo, con los demás y con el universo en su conjunto. La falta de atención a la espiritualidad puede dejar a una persona sintiéndose desconectada de sí misma, de los demás y del mundo que la rodea.

- **Estar demasiado solitario**: Puede llevar a una serie de desequilibrios y problemas tanto mentales como físicos. La soledad crónica puede contribuir al desarrollo de problemas de salud mental como la depresión, la ansiedad y el estrés crónico. La falta de interacción social puede aumentar los sentimientos de tristeza, desesperanza y aislamiento emocional. Las personas que experimentan una soledad significativa pueden tener dificultades para conciliar el sueño o para mantener un patrón de sueño saludable. El aislamiento social puede llevar a un aumento de la rumiación mental y a un mayor estrés, lo que puede interferir con la calidad del sueño. La soledad crónica se ha asociado con un mayor riesgo de desarrollar una serie de problemas de salud física, como enfermedades cardiovasculares, presión arterial alta, obesidad y una mayor susceptibilidad a las infecciones. La falta de interacciones sociales puede contribuir al estrés crónico y a un sistema inmunológico debilitado. La soledad puede afectar negativamente la calidad de vida general de una persona al disminuir su satisfacción con la vida y su sentido de bienestar emocional. Las personas que se sienten solas a menudo experimentan una sensación de vacío y falta de propósito en sus vidas. La falta de estimulación social puede contribuir al deterioro cognitivo en personas mayores. La interacción social activa y estimulante se ha asociado con un mejor funcionamiento cognitivo y una menor incidencia de demencia y enfermedad de Alzheimer.
- **Ser demasiado social o perderse en lo social**: También puede tener una serie de desequilibrios y problemas. Pasar demasiado tiempo socializando puede llevar al agotamiento emocional, especialmente si no se establecen límites saludables. Constantemente estar rodeado de otras personas y participar en actividades sociales puede ser agotador y agotar los recursos emocionales. Al centrarse exclusivamente en las interacciones sociales, es posible descuidar el autocuidado y las necesidades personales. Esto puede incluir la falta de tiempo para el descanso

adecuado, la alimentación saludable, el ejercicio físico y otras actividades que promuevan el bienestar individual. Aquellos que son excesivamente sociales pueden tener dificultades para establecer límites saludables en sus relaciones. Pueden sentirse obligados a cumplir con las expectativas de los demás y tener dificultades para decir "no", lo que puede llevar a un agotamiento aún mayor y a una falta de satisfacción personal. El exceso de socialización puede resultar en una falta de enfoque en las metas personales y profesionales. Pasar demasiado tiempo en actividades sociales puede distraer de las responsabilidades importantes y dificultar el logro de objetivos a largo plazo. Aquellos que dependen en exceso de la interacción social pueden experimentar dificultades para estar solos y desarrollar una fuerte dependencia emocional de los demás para su bienestar. Esto puede conducir a relaciones codependientes y dificultades para manejar el tiempo a solas de manera saludable. La sobreexposición a estímulos sociales puede ser abrumadora y agotadora para algunas personas, lo que puede provocar ansiedad, estrés y dificultades para regular las emociones.

[Yesod]: Acciones para Practicar Sefirá:

1. **Meditación Creativa:** Prácticas que fomenten la visualización creativa y la conexión con la inspiración divina.
2. **Registro de Sueños:** Mantener un diario de sueños para comprender las señales y mensajes espirituales.
3. **Prácticas de Manifestación:** Utilizar técnicas de manifestación para llevar ideas y sueños al plano físico.
4. **Cuidado de la Energía Sexual:** Abordar la energía sexual de manera consciente y respetuosa para mantener el equilibrio en Yesod.

Yesod se refiere al ego positivo que impulsa la motivación, la familiarización y todas las formas de relaciones interpersonales. Es la medida de lo que enseñamos y aprendemos de los demás, la dimensión de la interacción social. Debemos aprender a controlar nuestro ego para mantener una motivación saludable en nuestras relaciones familiares y sociales. Todas estas relaciones son cruciales para nuestra interacción y motivación externa.



Maljut

Maljut, la décima sefirá en el Árbol de la Vida de la Cábala, se traduce como "Reino" o "Soberanía". Representa la manifestación final y la culminación de las emanaciones divinas en el mundo material. Maljut está asociada con la creación y la concreción de las energías espirituales en la realidad tangible. El tener debe estar al servicio del ser; la felicidad proviene de la aceptación de lo que se tiene. Podemos aspirar a más sin caer en la obsesión. Se debe ser feliz con lo que se tiene. Podemos tener más, pero sin obsesionarnos por tener más.

Es receptora de todas las fuerzas en juego en el delicado equilibrio de las sefirot y la cualidad que vincula al Soberano Eterno con el mundo "real". También es conocida como Shekhinah, la Presencia Divina, el aspecto inmanente y femenino de D-os, y la forma en que experimentamos lo Divino. Durante el exilio del pueblo judío, se dice que la Shekhinah viaja con ellos, y cuando su exilio termine con la llegada del Mesías, también cesarán los vagabundeos de la Shekhinah.

En algunos sistemas cabalísticos, Maljut se asocia con los pies, pero en otros se dice que está relacionada con la boca. Maljut se asocia con el nombre Adonai (Nuestro Señor) o la última letra "hey" del Tetragramatón. Sus colores son azul y negro (Robinson, s.f.).

El diagrama y la descripción de las sefirot muestran que el lado izquierdo del "árbol" corresponde a atributos de poder y justicia, característicos de Geburá. Los cabalistas ven esto como el lado femenino de D-os, representando el temor y la reverencia a D-os, los principios de separación y distinción. Por otro lado, el lado derecho, el lado masculino, representa cualidades de unidad, armonía y benevolencia, atributos característicos de Jésed. Sin embargo, según los cabalistas, el mundo solo puede sobrevivir si se basa en un equilibrio entre ambos.

La búsqueda de ese equilibrio implica el papel humano en la Creación. Las sefirot tienen un propósito, y nosotros somos una parte integral de ese propósito. Nuestro comportamiento en el mundo inferior, nuestro mundo, afecta al mundo superior (o mundos, según los seguidores de Luria). Solo cuando se logre el equilibrio ideal entre la justicia y la misericordia, entre las cualidades trascendentes e inmanentes de D-os, puede haber paz y plenitud. Los cabalistas enseñan que esto solo se puede lograr a través de las acciones humanas, mediante el autocontrol, la oración, la meditación y el cumplimiento de los mitzvot (mandamientos). Así, la idea cabalística regresa a las enseñanzas básicas de los textos sagrados.

[Maljut]: Caminos y Conexiones en el Árbol Sefirótico:

Maljut se encuentra en la base del Árbol de la Vida, representando el punto de conexión entre el mundo divino y el mundo material. No tiene conexiones directas con otras sefirot,



pero se considera que está vinculada con todas las demás, ya que recibe las influencias de las sefirot superiores y las manifiesta en la creación.

En el vasto lienzo del universo, donde las estrellas bailan en el firmamento y los susurros del cosmos tejen el tapiz de la creación, hay un delicado equilibrio entre lo celestial y lo terrenal, entre lo etéreo y lo concreto. En este baile cósmico, Maljut y Yesod emergen como guardianes de los reinos superiores, entrelazando las energías divinas para dar vida a la manifestación terrenal.

Maljut, la corona radiante que se alza en lo alto del árbol de la vida, es la encarnación misma de la manifestación. Es el punto de convergencia donde todas las energías cósmicas convergen en un solo punto de fulgor luminoso. Es el trono desde el cual se despliega el reino terrenal, donde los sueños de lo divino se funden con la realidad tangible.

Yesod, el cimiento de la existencia, se erige como el puente entre los reinos superiores y la tierra fecunda. Es el receptáculo de los sueños y visiones, el canal a través del cual fluyen las energías creativas hacia la manifestación. En Yesod, las semillas de la imaginación germinan y se convierten en la materia misma de la realidad.

La conexión entre Maljut y Yesod es como el hilo de oro que une el cielo y la tierra, tejido con la más pura luz de las estrellas. Es un lazo sagrado que une lo divino con lo humano, lo infinito con lo finito. En esta danza celestial, las energías de los reinos superiores descienden a través de Yesod, atravesando el velo de lo invisible para manifestarse en la tierra como Majut, la esfera material de la existencia.

En el crisol de la creación, Maljut y Yesod se abrazan en una danza eterna de luz y sombra, trascendiendo los límites del tiempo y el espacio. En este sagrado matrimonio cósmico, todas las energías de las demás dimensiones convergen en un único punto de creación, donde la magia del universo se despliega en toda su gloria. Es aquí, en el santuario de Maljut y Yesod, donde los sueños se convierten en realidad y lo divino se manifiesta en lo terrenal.

A continuación presento las demás conexiones:

1. **La conexión entre Maljut y Hod:** Implica cómo la manifestación y la realización en el mundo físico (Maljut) pueden estar influenciadas por la humildad y la aceptación (Hod). Maljut puede ser moldeada por la actitud humilde y receptiva que se manifiesta en nuestras acciones y relaciones con el mundo.
2. **La conexión entre Maljut y Yesod:** Destaca cómo la manifestación en el mundo físico (Maljut) se basa en la comunicación auténtica y la conexión espiritual (Yesod). Yesod actúa como el puente entre el mundo espiritual y el mundo terrenal, facilitando la realización de la manifestación en Maljut.
3. **La conexión entre Maljut y Netsaj:** Implica cómo la manifestación y la realización en el mundo físico (Maljut) pueden ser impulsadas por la persistencia y la energía



(Netsaj). Netsaj proporciona la fuerza necesaria para lograr los objetivos y metas en Maljut.

[Maljut]: Relación con la Creación:

Maljut está directamente relacionada con la creación, ya que representa la manifestación final de las emanaciones divinas en el mundo físico. Es el reino de la acción y la materialización, donde las energías espirituales se expresan y se concretan en la realidad.

El Zohar, una obra central en la literatura mística judía, ha sido atribuido a lo largo de la historia a diferentes figuras, siendo rabí Shimón ben Yojái una de las más prominentes. Sin embargo, el debate sobre su autoría ha persistido, y muchos kabbalistas españoles del siglo XIII y XIV, así como la investigación moderna, han cuestionado esta atribución, situando la redacción del Zohar en la Castilla del siglo XIII. Moisés de León, un kabbalista castellano, es considerado por la opinión dominante como el autor principal de esta obra, aunque algunos investigadores plantean la posibilidad de que el Zohar sea el producto de un grupo de varios kabbalistas. A pesar de estas controversias, se reconoce la influencia significativa de Moisés de León en la redacción del Zohar y se considera como un punto de partida sólido para entender esta obra (Mopsik, 1996).

El texto describe las primeras etapas del proceso de emanación de las "sefirot", los diez aspectos de la divinidad que constituyen los niveles de su autoconstitución y manifestación. Estas sefirot son representadas simbólicamente en el Zohar y otras obras kabbalísticas como los pasos por los cuales la divinidad se manifiesta gradualmente en el universo. Desde la Corona (Keter), que representa el principio divino inefable y totalmente oculto, hasta la manifestación final como la Realeza (Maljut), que es la expresión tangible y comprensible de la divinidad.

Se destaca la importancia de los términos simbólicos y poéticos utilizados para describir las sefirot, que a menudo se toman del vocabulario bíblico y en menor medida de la literatura rabínica o la filosofía medieval. Cada sefirá representa un aspecto específico del proceso de manifestación divina, desde el principio inefable hasta la manifestación final como palabra audible y comprensible. La analogía entre el proceso de manifestación divina y el proceso de expresión del pensamiento humano a través del lenguaje articulado es recurrente en el Zohar y otras obras kabbalísticas.

También se señala que la aparición de la sefirá Malkhut, la Realeza o la Palabra, marca el final del proceso de emanación, equiparándolo con el momento en que el pensamiento humano se manifiesta como palabra articulada. Esta analogía entre el proceso de emanación divina y el proceso de expresión del pensamiento humano a través del lenguaje articulado proporciona un marco comprensible para entender la cosmología y la teología kabbalística.



El Zohar ofrece una visión general del proceso de emanación divina según el Zohar y otras obras kabbalísticas, destacando la importancia de Moisés de León como figura central en la redacción de estas obras y la relevancia de las analogías entre el proceso divino y el proceso humano de expresión del pensamiento a través del lenguaje articulado.
En la Cábala, cada letra del Tetragrama corresponde a una de las sefirot, que son los diez aspectos o emanaciones de la divinidad. Aquí está la correspondencia (Mopsik, 1996):

1. **Yod (יהוה)**: Corresponde a la sefirá Keter, que representa la Corona y simboliza la voluntad divina y la emanación pura.
2. **Hei (יהוה)**: La primera "Hei" corresponde a la sefirá Biná, que representa la Comprensión y simboliza la intelectualidad y la receptividad divina.
3. **Vav (יהוה)**: Esta letra no corresponde directamente a una sefirá en el Tetragrama, pero se interpreta a menudo como una conexión entre las sefirot superiores e inferiores.
4. **Hei (יהוה)**: La segunda "Hei" corresponde a la sefirá Maljut, que representa el Reino y simboliza la manifestación y la materialización divina en el mundo físico.

El nombre divino de cuatro letras, conocido como Tetragrama, representa toda la emanación divina. La segunda letra de este nombre, la "he", simboliza el tercer paso en el proceso de manifestación divina, asociado con la sefirá Biná. Esta sefirá se llama la "Voz silenciosa", ya que es como un aliento puro, sin ningún sonido de voz o vibración de cuerdas vocales. La relación entre la letra y la sefirá se entiende en términos de sonido más que de su forma escrita o posición en el alfabeto. Esta "Voz" es silenciosa porque, aunque es el primer paso hacia la manifestación divina, aún no se manifiesta completamente. Este silencio es mantenido por la "Gran Voz muda", que retiene la "Voz audible" y la "Palabra" que representan etapas posteriores en el proceso de manifestación divina. Las metáforas relacionadas con la maternidad y la gestación se utilizan para explicar la función de la sefirá Biná como matriz de las esencias. Aunque la traducción de estas metáforas es difícil, el texto busca que el lector las comprenda y no solo las tome como mitos pasivos. Los grados de existenciación sucesivos de la divinidad conducen a la creación del mundo. Una vez que la divinidad se manifiesta como "Palabra", puede existir plenamente y comenzar la creación del universo. La sefirá Maljut, también llamada el "término del Pensamiento", es crucial en este proceso, ya que representa la culminación de la creación y la existencia divina. La creación, como dice el texto, es el medio a través del cual lo inefable se manifiesta y el Creador existe.

Las consideraciones anteriores solo tenían como objetivo preparar la lectura de textos del Zohar relacionados con el advenimiento del lenguaje o la palabra. Si los términos de origen filosófico se evitan cuidadosamente aquí, es importante recordar que estos nunca están muy lejos. A veces, algunos asoman bajo apariencias que los hacen casi irreconocibles. Además, como el Zohar es un comentario del Pentateuco, las necesidades de la exégesis le imponen múltiples variaciones sobre el tema considerado.

La Voz como "suma de todas las potencias" es la sefirá Tiféret, el eje que atraviesa verticalmente y recorre de arriba abajo en su centro la estructura de las sefirot. Por lo



tanto, es el vector de la totalidad de los influjos del mundo de la emanación que transporta hacia la última sefirá, la Maljut, de la cual hace una Palabra rectora, capaz de manifestar aquí abajo la voluntad divina. La relación entre las sefirot Tiféret y Maljut se representa como la relación que solidariza la voz y la palabra, el sonido inarticulado y el lenguaje inteligible. Es de la última sefirá, la más alejada de la Fuente primordial, de donde puede emitirse un mensaje comprensible, mientras que en los niveles superiores nada inteligible puede ser percibido: el Vacío (la sefirá Keter, la Corona) es un puro silencio, el Pensamiento (la sefirá Jojmá, la Sabiduría) está encerrado en sí mismo, la Inteligencia o el Espíritu (la sefirá Biná, el Discernimiento) es una voz silenciosa, un sonido que no puede ser escuchado, la sefirá Tiféret es una voz audible pero que no puede ser comprendida, en cambio la sefirá Maljut es una palabra finalmente inteligible. La descenso del Principio inefable a lo largo de los grados de la procesión, donde accede gradualmente a la existencia, es una elevación hacia la inteligibilidad y la accesibilidad. El mismo aparente paradoja es presentada en otros términos por Moisés de León en la visión de la luz divina: esta es tan deslumbrante que no puede ser mirada sino a través del filtro opaco de la última sefirá, la Maljut, que es comparada con una luz negra o un espejo que no deja pasar la luz. La "Palabra" de D-os es así una atenuación de su puro silencio, de su "Pensamiento encerrado", de su "Voz silenciosa", y finalmente de su "Voz audible", pero esta atenuación de la intensidad excesiva del murmullo de lo inefable hace posible su profanación, y le permite ser escuchado y comprendido.

Un ejemplo: la "Gran Voz" de la sefirá Biná es precisamente la "Voz inaudible". Cuanto más alejada está la Fuente, más perceptibles e inteligibles son las señales que de ella emanan, a diferencia de la experiencia ordinaria donde la distancia del emisor implica una disolución progresiva del mensaje recibido. La Palabra o el lenguaje, por lo tanto, es un agotamiento del significado, un deshielo del silencio, pero que retiene exactamente lo que se necesita, y nada más, para que los seres humanos puedan comunicarse y recibir señales.

Una fórmula del texto citado: "No hay Voz sin Palabra y no hay Palabra sin Voz, es el principio que necesita un detalle y el detalle que necesita el principio", nos permite entender que la "profanación de lo inefable", si bien implica una atenuación, constituye una necesidad intrínseca, una "necesidad de Dios". El perfeccionamiento o tikkun no es para la divinidad un retorno a la origen primordial o un ascenso hacia sí mismo; una vez que el proceso de existenciación se pone en marcha, es un paso más en un movimiento descendente, una pérdida de intensidad en beneficio de una expresión, un retiro progresivo de la inmensidad del ser para darse existencia al otro y comunicarse con él. El lenguaje-palabra, en esta perspectiva, representa el grado más bajo posible de relación consigo mismo, un mínimo de ser para un máximo contacto.

El Tetragrama, representado por las letras Yod, Hei, Vav y Hei (הוהי), refleja la emanación divina y su manifestación en el mundo tangible a través de la sefirá Maljut.



1. **Voluntad Divina y Emanación Pura (Keter - Yod)**: La primera letra del Tetragrama, Yod, corresponde a la sefirá Keter, que representa la Corona y simboliza la voluntad divina y la emanación pura. Esta es la fuente inicial de todo lo que existe y lo que está por venir.
2. **Comprensión e Intelectualidad (Biná - Primera Hei)**: La primera Hei del Tetragrama corresponde a la sefirá Biná, que representa la Comprensión. Aquí es donde se desarrolla la idea divina inicial, donde se comprende y se concibe todo lo que se manifestará más adelante.
3. **Conexión entre los Planos (Vav)**: La letra Vav actúa como un puente entre las sefirot superiores e inferiores, conectando la emanación pura con la manifestación en el mundo físico.
4. **Manifestación y Materialización (Maljut - Segunda Hei)**: La segunda Hei del Tetragrama corresponde a la sefirá Maljut, que representa el Reino. Aquí es donde la voluntad divina y la comprensión se manifiestan completamente en el mundo tangible. Maljut es responsable de la creación y la materialización de la realidad física, convirtiendo la palabra divina en acción y creando todo lo que podemos percibir con nuestros sentidos.

Por lo tanto, a través de Maljut, la palabra del Tetragrama se revela y crea todo lo tangible, desde el mundo físico que habitamos hasta todas las manifestaciones de la realidad que experimentamos. Es la culminación del proceso de emanación divina, donde la voluntad y la comprensión se vuelven tangibles y se manifiestan completamente en el mundo material.

[Maljut]: Aspectos Psicológicos:

Psicológicamente, Maljut está asociada con la autoexpresión y la manifestación de la identidad personal en el mundo. Representa la capacidad de expresar nuestras ideas, valores y creencias de manera tangible a través de nuestras acciones y comportamientos.

La sefirá de Maljut, que representa la manifestación final de la voluntad divina en el mundo material, puede experimentar desequilibrio cuando se enfrenta a dos extremos opuestos: el materialismo excesivo y el total desapego material.

1. **Materialismo excesivo**: Este extremo se caracteriza por una obsesión desmedida por los bienes materiales, el poder, el prestigio y el placer sensorial. Cuando la búsqueda de la riqueza y el éxito material se convierte en el objetivo principal de una persona, puede llevar al desequilibrio de Maljut. Este enfoque materialista puede alienar a la persona de su conexión espiritual, haciéndola perder de vista su propósito más elevado y su relación con lo divino.
2. **Total desapego material**: Por otro lado, el extremo opuesto implica un rechazo total de los bienes materiales y una búsqueda excesiva de la espiritualidad a expensas de las responsabilidades y compromisos terrenales. Si bien el desapego material puede ser una práctica espiritual válida en ciertos contextos, cuando se lleva al extremo puede resultar en la negligencia de las necesidades básicas y las responsabilidades del mundo material, lo que a su vez puede conducir al desequilibrio y la desconexión.

El equilibrio entre estos extremos se encuentra en la práctica de la moderación y la integración armónica de lo material y lo espiritual. Aquí hay algunas formas de encontrar este equilibrio:

1. **Cultivar la gratitud y la generosidad**: Reconocer y apreciar los bienes materiales que se tienen sin aferrarse a ellos de manera egoísta. Practicar la generosidad y compartir con los demás lo que se tiene, cultivando así una actitud de abundancia y satisfacción.
2. **Vivir con propósito**: Definir y seguir un propósito de vida significativo que trascienda la búsqueda exclusiva de la riqueza material. Esto implica alinear las acciones y decisiones con los valores y principios espirituales, contribuyendo al bienestar no solo propio, sino también de los demás y del mundo en general.
3. **Practicar el desapego consciente**: Reconocer la naturaleza temporal de las posesiones materiales y cultivar la habilidad de soltar lo que ya no se necesita. Esto no implica renunciar a todas las posesiones, sino liberarse del apego excesivo a ellas y utilizarlas de manera sabia y responsable.
4. **Buscar el equilibrio entre lo material y lo espiritual**: Dedicar tiempo tanto al crecimiento espiritual como al desarrollo personal y profesional. Integrar prácticas espirituales, como la meditación, la oración o el estudio de textos sagrados, en la vida diaria sin descuidar las responsabilidades y compromisos materiales (Renta, hipoteca, comida, pago de servicios, impuestos, etc.).

En resumen, encontrar el equilibrio en la sefirá de Maljut implica vivir de manera consciente y armoniosa, integrando lo material y lo espiritual para cultivar una vida significativa y satisfactoria.

[Maljut]: Conexión Espiritual:

Maljut está vinculada a la conexión espiritual a través de la materialización de las energías divinas. Implica vivir de acuerdo con principios espirituales y manifestar la presencia divina en todas las acciones y aspectos de la vida cotidiana.

La sefirá de Maljut, juega un papel central en la mística judía, como lo ilustra el texto "La Jerusalén de los místicos" de Roland Goetschel. Según la tradición judía, Jerusalén no es solo una ciudad física, sino también un símbolo de sueños y esperanzas inspiradas por las enseñanzas del pasado. Jerusalén terrenal y celestial están intrínsecamente vinculadas, reflejando la idea de que la manifestación divina en el mundo material está conectada con su contraparte espiritual.

La sefirá de Maljut se relaciona con la idea de Jerusalén terrenal, la Ciudad Santa. Esta sefirá representa la manifestación final de la voluntad divina en el mundo material. Así como el Tetragrama refleja la emanación divina a través de las sefirot, Maljut es la culminación de este proceso, donde la palabra divina se hace acción y crea la realidad física. En este sentido, Maljut es la encargada de convertir la idea divina en algo tangible y concreto (Goetschel, s.f.).



La Jerusalén terrenal se eleva hacia Jerusalén celestial, reflejando la relación entre los planos superiores e inferiores. Esto sugiere que la realidad física tiene una contraparte espiritual, y que Jerusalén terrenal y celestial están conectadas en un nivel más profundo.

Además, se destaca la importancia de la figura del rey David en relación con Jerusalén. David simboliza la conexión entre lo divino y lo humano, y su deseo de construir el Templo representa la aspiración de unir lo terrenal con lo celestial. Sin embargo, su transgresión también muestra cómo la falta de fidelidad puede llevar a la separación de lo divino.

Finalmente, la práctica espiritual del individuo puede influir en la unión de Jerusalén terrenal y celestial. A través de la contracción del deseo infinito en el corazón humano, se crea un espacio para la manifestación de la realeza divina en el mundo material. Esta unión se logra mediante la conexión con la sabiduría divina y la eliminación de pensamientos negativos, lo que permite la construcción de un mundo mejor.

La sefirá de Maljut, representada por Jerusalén terrenal, es fundamental en la mística judía como el punto de conexión entre lo divino y lo humano, donde la voluntad divina se manifiesta en el mundo material a través de la acción humana y la práctica espiritual.

[Maljut]: Parte del Cuerpo Representada y su Conexión:

Maljut se asocia con los pies, aquí hay algunas razones por las cuales Maljut se asocia con los pies:

1. Fundamentación en lo terrenal: Los pies son la base que nos conecta con la tierra, proporcionando estabilidad y apoyo. De manera similar, Maljut representa la esfera de la manifestación terrenal, siendo la base sobre la cual se construye toda la creación material.
2. Realización y acción: Los pies son los instrumentos a través de los cuales nos movemos y actuamos en el mundo. Maljut se relaciona con la capacidad de realizar y llevar a cabo acciones concretas en la realidad física, convirtiendo las energías espirituales en actos tangibles.
3. Recepción y canalización: Los pies son receptivos a las sensaciones del suelo y actúan como conductos para recibir información del entorno. En el contexto de Maljut, los pies simbolizan la capacidad de recibir las influencias divinas y canalizarlas hacia la manifestación terrenal.
4. Anclaje espiritual: Al caminar por la tierra, los pies nos mantienen arraigados y conectados con el mundo material. De manera análoga, Maljut nos proporciona un anclaje espiritual en el plano físico, permitiéndonos experimentar la divinidad a través de nuestras interacciones cotidianas.

[Maljut]: Acciones para Equilibrar la Sefirá:

1. **Vivir en Coherencia con Principios Espirituales:** Alinear las acciones y decisiones diarias con principios espirituales.



2. **Desarrollar la Autoexpresión Creativa:** Fomentar la creatividad y la expresión personal en todas las áreas de la vida.

[Maljut]: ¿Qué Ayuda a Equilibrar la Sefirá? ¿Qué la Desequilibra?

Ayuda a Equilibrar:

- **Integración Espiritual en la Vida Diaria:** Mantener una conexión constante con la espiritualidad. Al mantener una conexión constante con la espiritualidad, una persona puede sentir un mayor sentido de propósito en su vida. Reconociendo que son parte de algo más grande y trascendente, pueden encontrar significado en sus acciones diarias y en su contribución al mundo.

  La espiritualidad puede servir como una fuente de consuelo, paz interior y equilibrio emocional. Al mantener esta conexión, una persona puede encontrar consuelo en tiempos de dificultad y mantenerse enraizada en una sensación de calma y tranquilidad, incluso frente a desafíos.

  La espiritualidad a menudo fomenta la conexión y la empatía con los demás. Al mantener una conexión constante con lo espiritual, una persona puede sentir una mayor conexión con los demás y cultivar relaciones más significativas y profundas basadas en la compasión y el amor.

  La conexión espiritual puede fortalecer la resiliencia de una persona frente a los desafíos de la vida. Al cultivar una relación constante con lo divino, pueden encontrar la fuerza interior necesaria para superar obstáculos y dificultades con determinación y esperanza.

  Mantener una conexión constante con la espiritualidad puede fomentar un sentido de gratitud por la vida y sus bendiciones. Reconociendo la presencia de lo divino en su vida, una persona puede cultivar un sentido de aprecio por las pequeñas cosas y desarrollar una actitud de gratitud.

  La espiritualidad ayuda a una persona a recordar que hay más en la vida que simplemente lo material y lo terrenal. Al mantener una conexión constante con lo espiritual, pueden mantener una conciencia de la trascendencia y buscar significado más allá de las preocupaciones mundanas.

  En el turbulento mar de la existencia humana, nos encontramos constantemente navegando entre las olas de nuestras emociones, enfrentando tempestades internas que amenazan con hundirnos en la oscuridad de la desesperación y el sufrimiento. Sin embargo, en medio de esta vorágine emocional, surge una chispa de esperanza, una práctica aparentemente simple pero profundamente transformadora: la oración.



¿Qué ganamos con hacer oraciones, te preguntarás? En el plano superficial, puede parecer que ganamos poco más que palabras que se pierden en el eco del vacío. Pero mira más de cerca, adéntrate en las profundidades del alma, y descubrirás un tesoro invaluable que aguarda ser encontrado.

Con cada oración pronunciada, no solo enviamos plegarias al universo, sino que también abrimos las puertas de nuestro ser interior, despejando el camino hacia la paz y la serenidad. Es como si las palabras resonaran en el núcleo mismo de nuestro ser, disipando las sombras de la ira, el ego y la avaricia que han oscurecido nuestra mente y corazón.

La ira, esa furia abrasadora que consume nuestro ser y nos lleva por caminos de destrucción y amargura, se desvanece como la neblina matutina ante el sol de la oración. En su lugar, florece la compasión y la comprensión, permitiéndonos ver a través de los ojos del amor en lugar de la rabia cegadora.

El ego, ese falso ídolo que nos hace creer que somos el centro del universo y que todos los demás son simplemente actores secundarios en nuestra historia, se desvanece cuando nos postramos humildemente ante algo más grande que nosotros mismos. La oración nos recuerda nuestra pequeñez en el vasto cosmos, pero también nuestra conexión con algo infinitamente más grande y trascendente.

La avaricia, esa insaciable sed de acumular riquezas materiales y poder terrenal, se disipa cuando reconocemos la verdadera riqueza que reside en el espíritu. La oración nos enseña a valorar lo que realmente importa en la vida: el amor, la bondad y la generosidad que podemos compartir con los demás.

La depresión, ese abismo oscuro y sin fondo que amenaza con devorarnos en su agonía silenciosa, se ilumina con la luz sanadora de la oración. En esos momentos de desesperación, la oración nos brinda consuelo y esperanza, recordándonos que no estamos solos en nuestra lucha y que siempre hay una luz al final del túnel.

Y el miedo a la muerte, ese último enemigo que acecha en las sombras de la noche, se transforma en un paso más en el viaje de nuestra alma. La oración nos prepara para el inevitable encuentro con lo desconocido, infundiendo en nosotros la fe y la confianza en que hay algo más allá de este mundo material, algo eterno y trascendente que nos espera al final del camino.

Entonces, ¿qué ganamos con hacer oraciones? Ganamos mucho más de lo que podríamos imaginar. Ganamos paz en medio del caos, luz en medio de la oscuridad, amor en medio del miedo. Con cada palabra susurrada, cada pensamiento elevado, nos acercamos un poco más a la divinidad que reside tanto dentro de nosotros como en el vasto universo que nos rodea. Y en ese proceso de conexión con lo sagrado, descubrimos que, aunque pueda parecer que ganamos

"nada", en realidad ganamos todo lo que realmente importa: la verdadera esencia de la vida misma.

- **Autoexpresión Consciente:** Ser consciente de cómo las acciones y expresiones personales impactan en la creación y en la realidad. Al ser consciente del impacto de nuestras acciones y palabras en el mundo que nos rodea, desarrollamos una mayor autoconciencia. Esto nos permite reflexionar sobre nuestras intenciones y comportamientos, y nos ayuda a alinearnos con nuestros valores y metas personales. La conciencia de cómo nuestras acciones afectan a otros nos hace más responsables de nuestras elecciones y comportamientos. Nos impulsa a tomar decisiones más éticas y consideradas, asumiendo la responsabilidad de las consecuencias de nuestras acciones. Al reconocer nuestro poder para influir en la realidad a través de nuestras acciones, nos sentimos más empoderados para crear el tipo de vida y mundo que deseamos. Esto nos motiva a ser proactivos y a tomar medidas para generar un impacto positivo en nuestro entorno. La reflexión sobre el impacto de nuestras acciones nos brinda la oportunidad de aprender y crecer como individuos. Nos permite identificar áreas de mejora y trabajar en desarrollar habilidades de comunicación, empatía y comprensión interpersonal. Ser consciente de cómo nuestras acciones afectan a los demás puede promover una mayor armonía y conexión en nuestras relaciones personales. Esto contribuye a nuestro bienestar emocional al fomentar relaciones más saludables y satisfactorias con los demás.

  Ser consciente del impacto de nuestras acciones nos ayuda a cultivar la empatía hacia los demás. Nos permite ponernos en el lugar de los demás y considerar cómo nuestras palabras y acciones pueden afectar sus sentimientos y experiencias. La conciencia de cómo nuestras acciones afectan a los demás nos lleva a mostrar un mayor respeto hacia ellos. Nos hace más cuidadosos en nuestras interacciones y nos anima a tratar a los demás con amabilidad, consideración y respeto. Nuestras acciones pueden servir como ejemplo para los demás y motivarlos a actuar de manera positiva en sus propias vidas. Al ser conscientes del impacto que tenemos en los demás, podemos inspirar y motivar el cambio positivo en quienes nos rodean. Ser consciente de cómo nuestras acciones afectan a los demás puede fortalecer nuestras relaciones interpersonales. Nos permite comunicarnos de manera más efectiva, resolver conflictos de manera constructiva y cultivar conexiones más profundas y significativas con los demás.

- **Ser feliz con lo que se tiene**: Conlleva una serie de beneficios positivos que impactan en diversos aspectos de la vida. La aceptación y gratitud por lo que se tiene contribuyen significativamente al bienestar emocional. Experimentar felicidad con lo que ya se posee reduce el estrés, la ansiedad y promueve emociones positivas. La satisfacción personal influye positivamente en las relaciones interpersonales. Relacionarse desde una perspectiva de gratitud y satisfacción fortalece los lazos afectivos y fomenta conexiones más saludables. Apreciar y ser



feliz con lo que se tiene puede disminuir la presión financiera. Al evitar la constante búsqueda de más, se reduce la probabilidad de endeudarse y se promueve una gestión financiera más saludable. La satisfacción con lo presente desarrolla la capacidad de adaptarse a los desafíos. Las personas que valoran lo que tienen tienden a enfrentar adversidades con mayor resiliencia y optimismo. La felicidad con lo que se tiene libera energía para perseguir metas personales significativas. Se canaliza la energía hacia el crecimiento personal y la consecución de objetivos, ya que no se desperdicia en la búsqueda constante de más. Ser feliz con lo que se tiene fomenta la práctica de la gratitud diaria. La gratitud está asociada con mejor salud mental, mayor satisfacción con la vida y relaciones más positivas. La satisfacción personal contribuye a una imagen positiva de uno mismo. Valorarse por lo que se tiene y se ha logrado impulsa la autoestima y la confianza en uno mismo. Apreciar lo propio reduce la tendencia a compararse constantemente con los demás. La comparación social excesiva puede generar malestar; ser feliz con lo que se tiene permite disfrutar del propio camino sin preocuparse excesivamente por los demás. La satisfacción con lo presente está vinculada a mejores indicadores de salud mental. Reducir la insatisfacción crónica contribuye a una mayor estabilidad emocional y a la prevención de problemas de salud mental (Sabán, Latidos Cabalísticos , 2020).

Ayuda a Desequilibrar:

- **Desconexión Espiritual:** La falta de atención a principios espirituales puede desequilibrar Maljut. Si no prestamos atención a los principios espirituales que guían nuestras vidas, podemos perder la conexión interior con nuestro ser espiritual y con la esencia más profunda de la existencia. Esto puede llevarnos a sentirnos desconectados, vacíos o desorientados en nuestra vida cotidiana. Los principios espirituales suelen proporcionar un marco de referencia para comprender el propósito y el significado de la vida. Cuando descuidamos estos principios, podemos experimentar una sensación de vacío o falta de dirección en nuestras vidas. Nos preguntamos sobre el propósito de nuestras acciones y nos enfrentamos a la falta de significado en nuestras experiencias diarias. La falta de atención a los principios espirituales puede llevar a un enfoque excesivo en lo material y superficial en nuestras vidas. Nos preocupamos principalmente por la acumulación de riquezas, el éxito externo y la satisfacción de deseos materiales, descuidando aspectos más profundos y trascendentales de la existencia. Cuando nos enfocamos exclusivamente en nuestros propios intereses materiales y placeres personales, podemos volcarnos hacia el egoísmo y la desconexión social. Descuidamos las necesidades de los demás y nos centramos únicamente en satisfacer nuestras propias ambiciones y deseos, lo que puede erosionar las relaciones interpersonales y comunitarias. La falta de atención a los principios espirituales puede obstaculizar nuestro crecimiento y desarrollo espiritual. Nos impide profundizar en nuestra comprensión de nosotros mismos, de los demás y del universo en su conjunto. Como resultado, nos quedamos estancados en un



estado de conciencia limitado y no alcanzamos nuestro potencial espiritual completo. Maljut representa la culminación y la armonización de todas las sefirot anteriores. Cuando descuidamos los principios espirituales, perdemos esta armonía y equilibrio en nuestras vidas. Nos enfrentamos a conflictos internos y externos, así como a un sentimiento general de desequilibrio y malestar en nuestro ser.

1. **Falta de Acción o Materialización:** La inactividad o la falta de manifestación en la realidad puede generar desequilibrios. Cuando no actuamos para materializar nuestros objetivos y sueños, corremos el riesgo de quedarnos estancados en una situación que no nos satisface. La falta de progreso y desarrollo personal puede llevar a sentimientos de insatisfacción, apatía y falta de dirección en la vida. La inactividad puede llevar a perder oportunidades valiosas de crecimiento personal, profesional o espiritual. Cuando no tomamos medidas para perseguir nuestros objetivos, podemos perder las oportunidades que se nos presentan en el camino y quedarnos con la sensación de arrepentimiento o lamentación por lo que podría haber sido. La inacción prolongada puede alimentar nuestros miedos y ansiedades, ya que nos quedamos atrapados en la incertidumbre y la indecisión sobre el futuro. El temor al fracaso, al rechazo o a lo desconocido puede aumentar cuando evitamos tomar medidas para avanzar en nuestras vidas. La falta de acción puede minar nuestra autoestima y confianza en nosotros mismos. Cuando no vemos resultados tangibles de nuestros esfuerzos, es fácil caer en la autocrítica y dudar de nuestras capacidades y valía personal. La falta de acción puede llevarnos a sentirnos desconectados de nuestro propósito y pasión en la vida. Cuando no estamos comprometidos en la realización de nuestros objetivos y sueños, podemos perder de vista lo que realmente nos impulsa y motiva en la vida. La falta de acción también puede afectar nuestras relaciones interpersonales. La inactividad puede llevar a la complacencia y la falta de crecimiento en las relaciones, lo que puede conducir a la distancia emocional y la insatisfacción en las conexiones con los demás.

- **Querer Demasiado:** Aquellos que buscan constantemente más materiales pueden experimentar insatisfacción crónica, ya que nunca están satisfechos con lo que tienen. Esto puede conducir a una vida llena de estrés y ansiedad, ya que la búsqueda interminable de más puede generar una sensación de vacío emocional. El deseo excesivo de bienes materiales a menudo conduce a compras impulsivas y al uso excesivo de crédito. Esto puede resultar en deudas significativas, creando una carga financiera que afecta negativamente la calidad de vida y genera preocupaciones constantes. La obsesión por lo material puede llevar a descuidar relaciones interpersonales en pos de la acumulación de bienes. Las relaciones personales pueden deteriorarse debido a la falta de atención y tiempo dedicado a las conexiones emocionales. El consumismo desenfrenado puede contribuir al agotamiento de recursos y aumentar la huella ecológica. Esto tiene implicaciones negativas para el medio ambiente, contribuyendo a problemas como la contaminación y el agotamiento de recursos naturales.



- **Querer Demasiado Poco:** Aquellos que no buscan mejorar sus circunstancias materiales pueden experimentar un estancamiento personal. La falta de ambición puede llevar a oportunidades perdidas y a una vida que no alcanza su máximo potencial. La falta de interés en mejorar la situación financiera puede resultar en dificultades económicas. Las necesidades básicas pueden no estar cubiertas, generando estrés y limitando las oportunidades para el crecimiento y la comodidad. Al no buscar mejorar lo material, algunas personas pueden depender demasiado de otros para satisfacer sus necesidades. Esto puede generar desequilibrios en las relaciones y una falta de autonomía personal. La falta de interés en lo material puede llevar a la renuncia de experiencias valiosas. Limitarse demasiado puede resultar en una vida menos rica y menos variada, perdiendo oportunidades de crecimiento y aprendizaje (Saban M. , Latidos Cabalisticos, 2022).

[Maljut]: Acciones para Practicar Sefirá:

1. **Prácticas de Manifestación:** Participar en actividades que permitan manifestar ideas y metas en la realidad.
2. **Rituales Creativos:** Participar en rituales que fomenten la creatividad y la expresión personal.
3. **Vivir con Propósito:** Alinear las acciones diarias con un sentido más profundo de propósito y significado.
4. **Cultivar Relaciones Saludables:** Crear conexiones significativas y positivas con los demás, manifestando la esencia divina en las interacciones humanas.

Maljut su principal proposito es que el tener debe estar al servicio del ser y no al revés; es decir, el ser humano debe encontrar la felicidad en lo que tiene, sin obsesionarse por acumular más posesiones materiales.

¿Comó equilibrar todas las sefirot?

Podemos saber cómo ordenar las energías de las dimensiones de las sefirot a través de la disfunción del tiempo personal. Si revisamos nuestra agenda, podemos determinar en qué actividades invertimos más tiempo y esfuerzo. Cuando observamos el tiempo que dedicamos a cada cosa, podemos determinar si aplicamos mucha o poca energía en cada sefirot. A partir de ese conocimiento, podemos regular la energía en cada una de las dimensiones, lo que puede ayudarnos a sentirnos bien, ya que estamos llenando de energía las diez dimensiones de manera más equitativa. Si una dimensión tiene menos energía, desequilibra a otras relacionadas con ella. Es como tener diez personalidades, y cada una de ellas nos pide algo; todas quieren imponerse para que les demos tiempo (Gavilan Abundancia & Saban, 2023).

Debemos hacer que las diez dimensiones trabajen en conjunto como un equipo, ayudándose mutuamente. Lo que debemos hacer en cada dimensión es darles conciencia de unidad. Esto implica que cada dimensión debe trabajar con las demás como un equipo,



y todas deben ayudarse solidariamente. No podemos ignorar ni dejar de lado ninguna de las dimensiones, porque debemos ser solidarios por dentro para poder serlo hacia los demás. Cuando todas las sefirot cooperan en solidaridad, el hasatán no puede atacarlas ni dividirlas, lo que desarrolla un gran potencial en uno mismo.

Esto sugiere que podemos entender y equilibrar estas energías de las sefirot observando cómo gestionamos nuestro tiempo y esfuerzo en nuestras actividades diarias. Si dedicamos demasiado tiempo y energía a ciertas áreas de nuestra vida y descuidamos otras, puede desequilibrar el flujo de energía en estas dimensiones (Gavilan Abundancia & Saban, 2023).

Para lograr un equilibrio y armonía interna, es importante que todas las dimensiones trabajen juntas como un equipo, apoyándose mutuamente. Esto implica reconocer la unidad entre ellas y trabajar en solidaridad. Al hacerlo, fortalecemos nuestro potencial y nos volvemos menos vulnerables a las fuerzas negativas externas, que puede interpretarse como las fuerzas opuestas a la armonía y el equilibrio. En resumen, equilibrar y trabajar en armonía con las sefirot puede conducir a un mayor bienestar y desarrollo personal.

Grafos

En el fascinante mundo de la Cábala, surge el arquetipo sagrado del "Árbol de la Vida", conocido con reverencia en hebreo como "Etz Jaim" (עץ חיים). Este sublime concepto no es solo un símbolo, sino la manifestación viva de una obra literaria extraordinaria que se realizó con la pluma de la inspiración de Isaac Luria en el año 1573.

Imaginen el aura mística que envolvía al genio cabalista, el rabino Isaac Luria, también conocido como el Arizal (1534-1572), mientras destilaba la esencia misma de sus enseñanzas en las páginas del libro del Etz Jaim. Este volumen trasciende las palabras y se convierte en un portal hacia los secretos más profundos y esotéricos de la Cábala.

Vamos a ver como el arbol de la vida se relaciona con las matemáticas, necesitamos conocer primero la teoría de grafos, la cual surgió a partir de la necesidad de resolver un problema matemático propuesto en el siglo XVIII, en la antigua ciudad de Königsberg prusiana (hoy kaliningrado (wikipedia, 2022)), una ciudad portuaria de Europa Oriental que actualmente pertenece a Rusia tras su anexión en 1945 54°42′12″N 20°30′56″E. En dicha ciudad existe un río llamado Pregel el cual tenía 7 puentes, el reto era como cruzarlos todos en un solo recorrido pasando solo una vez en cada uno y regresar al nodo de origen. Fue en el año de 1736 que el matemático Leonhard Euler en su trabajo “Solutio problematis ad geometriam situs pertinentis [La solución de un problema relativo a la geometría de la posición]” logro resolverlo (wikipedia, 2022).



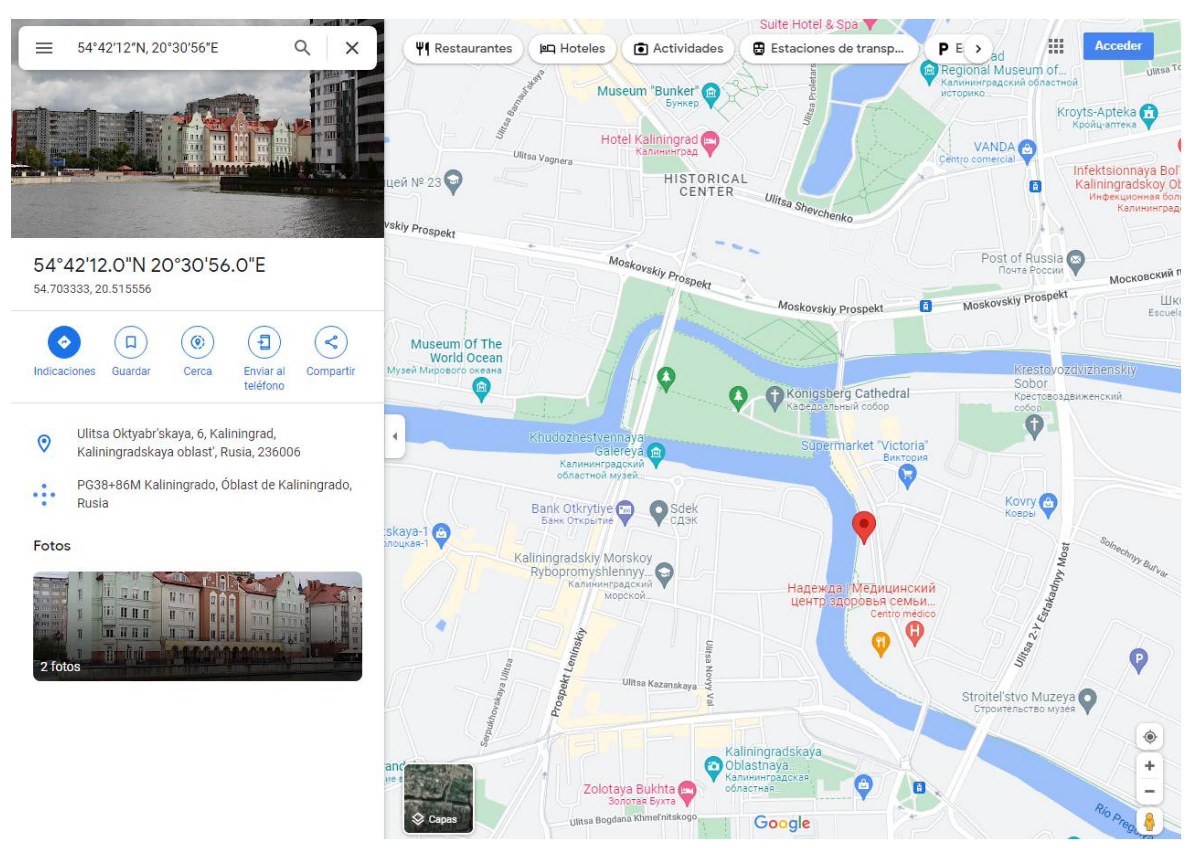


Figura 1.Imagen de captura de pantalla de Google maps del río Pregel (hoy Río Pregolya).

En la siguiente imagen de la figura 2 se observa como estaban dispuestos lo puentes en el Rió Pregel en la época de Euler.

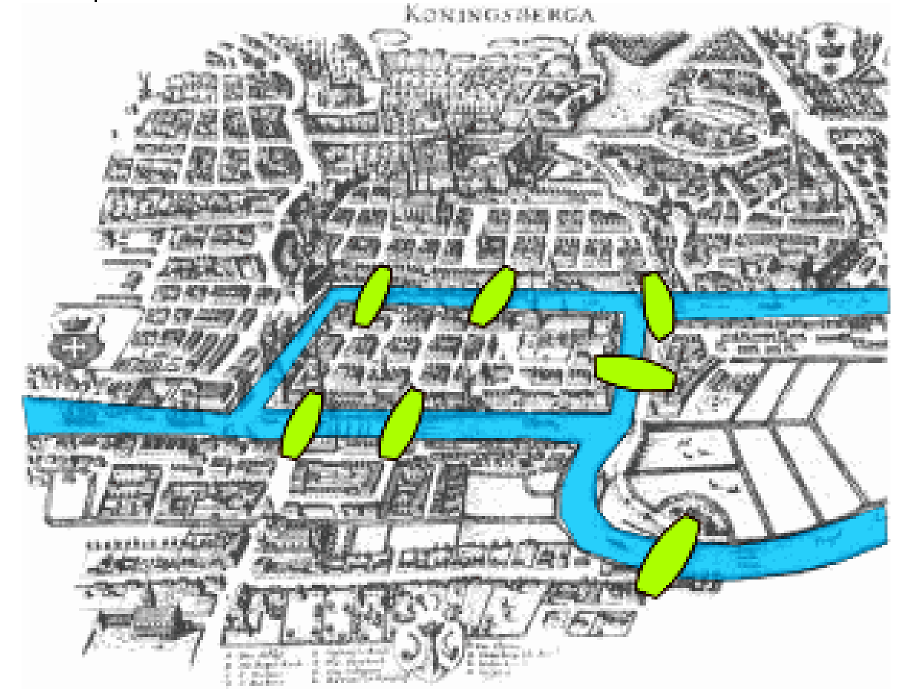


Figura 2 (Bogdan, 2005)

A continuación muestro un fragmento del libro Leonhardi Euleri Opera Omnia (Du Pasquier y otros, 1923, pág. 6) donde se explica a detalle la solución de Euler, este es un compendio de varios de sus trabajos más importantes, el que cito a continuación corresponde a Solutio problematis ad geometriam situs pertinentis (1736, pág 128-140, Comentatio 53 inidicis Enestroemiani, Comentarii academiae cientiarum Petropilotanae):

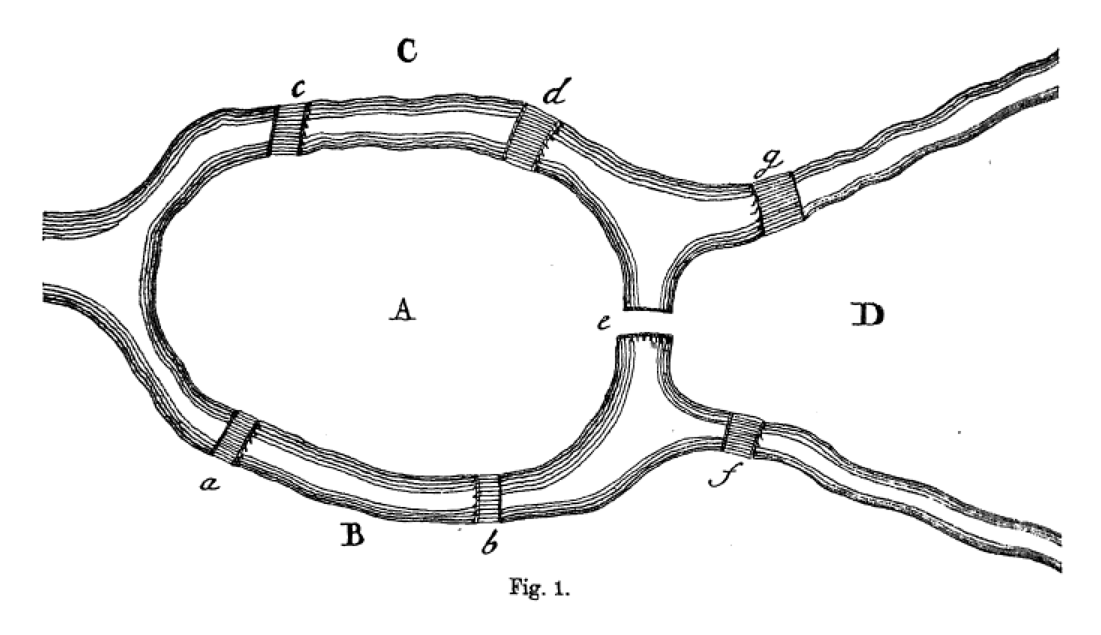


Imagen de Du Pasquier et al. (1923, pág. 2)



14. Proposita ergo quacunque aquae pontiumque figura ad investigandum, num quis per singulos semel transire queat, sequenti modo operationem instituo. Primo singulas regiones aqua a se invicem diremptas litteris *A*, *B*, *C* etc. designo. Secundo sumo omnium pontium numerum eumque unitate augeo atque sequenti operationi praefigo. Tertio singulis litteris *A*, *B*, *C* etc. sibi subscriptis cuilibet adscribo numerum pontium ad eam regionem deducentium. Quarto eas litteras, quae pares adscriptos habent numeros, signo asterisco. Quinto singulorum horum numerorum parium dimidia adiicio, imparium vero unitate auctorum dimidia ipsis adscribo. Sexto hos numeros ultimo scriptos in unam summam coniicio; quae summa si vel unitate minor fuerit vel aequalis numero supra praefixo, qui est numerus pontium unitate auctus, tum concludo transitum desideratum perfici posse. Hoc vero est tenendum, si summa inventa fuerit unitate minor quam numerus supra positus, tum initium ambulationis ex regione asterisco notata fieri debere; contra vero ex regione non signata, si summa fuerit aequalis numero praescripto. Ita ergo pro casu Regiomontano operationem instituo, ut sequitur:

Numerus pontium 7, habetur ergo 8.

	Pontes	
A,	5	3
B,	3	2
C,	3	2
D,	3	2

Quia ergo plus prodit quam 8, huiusmodi transitus nequaquam fieri potest.

...

19. Praeterea, si duo tantum numeri litteris *A*, *B*, *C* etc. adscripti fuerint impares, reliqui vero omnes pares, tum semper desideratus transitus succedet, si modo cursus ex regione, ad quam pontium impar numerus tendit, incipiatur. Si enim pares numeri bisecentur atque etiam impares unitate aucti, uti praeceptum est, summa harum medietatum unitate erit maior quam numerus pontium ideoque aequalis ipsi numero praefixo.

Ex hocque porro perspicitur, si quatuor vel sex vel octo etc. fuerint numeri impares in secunda columna, tum summam numerorum tertiae columnae maiorem fore numero praefixo eumque excedere vel unitate vel binario vel ternario etc. et idcirco transitus fieri nequit.



20. Casu ergo quocunque proposito statim facillime poterit cognosci, utrum transitus per omnes pontes semel institui queat an non, ope huius regulae:

Si fuerint plures duabus regiones, ad quas ducentium pontium numerus est impar, tum certo affirmari potest talem transitum non dari.

Si autem ad duas tantum regiones ducentium pontium numerus est impar, tunc transitus fieri poterit, si modo cursus in altera harum regionum incipiatur.

Si denique nulla omnino fuerit regio, ad quam pontes numero impares conducant, tum transitus desiderato modo institui poterit, in quacunque regione ambulandi initium ponatur.

Hac igitur data regula problemati proposito plenissime satisfit.

"[*Habiendo propuesto, por lo tanto, cualquier forma de agua y puente para investigar, si cualquiera puede pasar sobre cada uno a la vez, dispuse la operación de la siguiente manera. Primero, las regiones individuales fueron divididas por las letras A, B, G, etc. diseño En segundo lugar, tomo el número de todos los puentes y lo aumento por unidad, y establezco la siguiente operación de antemano. Tercero, cada letra A, B, C, etc. A cada uno de ellos les asigno el número de puentes que bajaron a esa región. En cuarto lugar, aquellas letras que tienen adjuntos números iguales, las marco con un asterisco. Al quinto de cada uno de estos números le sumo la mitad par, y la mitad impar la atribuyo a la unidad de los mismos autores. En sexto lugar, tiro estos últimos números escritos en una sola suma; cuya suma, si es menor que la unidad, o igual al número antes expuesto, que es el número de puentes aumentado por la unidad, entonces concluyo que se puede lograr el cruce deseado. Esta debe realizarse, si el total encontrado es menor que el número anterior, entonces el inicio de la caminata debe hacerse desde la región marcada con un asterisco; en cambio, de la región sin signo, si la suma es igual al número prescrito. Así pues, para el caso de Regiomontano, instituyo la operación de la siguiente manera:*

El número de puentes es 7, por lo tanto hay 8 puentes

A   5 | 3
B   3 | 2
C   3 | 2
D   3 | 2

Como, entonces, da más de 8, este tipo de transición no es posible en absoluto.

...

19. Además, si sólo hay dos números con las letras A, B, C, etc. se han registrado números impares, pero el resto de las crestas son pares, entonces el cruce deseado tendrá éxito, si solo los cursos se comienzan desde la región a la que tiende el número impar de puentes. Porque si los números pares se bisecan, y los números pares aumentan en la unidad, como está prescrito, la suma de estas medidas será la unidad mayor que el número de puentes, y por tanto igual al número prefijado.

De esto se ve además que si cuatro o seis u ocho etc. si hubiera números impares en la segunda columna, entonces la suma de los números en la tercera columna sería mayor que el número prefijado y lo excedería ya sea por unidad o binario o ternario, etc. y por lo tanto es imposible pasar
20. En todo caso, pues, con cualquier intención, se podrá saber muy fácilmente de una vez, si el paso por todos los puentes se ha establecido o no una vez, con ayuda de esta regla:
Si hubiera más de dos regiones, el número de puentes que conducen a algunas de ellas es impar, entonces se puede afirmar con certeza que tal pasaje no se dará.
Pero si hay un número impar de puentes que conducen a solo dos regiones, entonces se puede hacer el paso, si solo se comienza el curso en la otra de estas regiones.
Finalmente, si no hay ninguna región a la que conduzcan los puntos de un número impar, entonces la transición se puede establecer como se desee, en cualquier región en la que se coloque el comienzo de la caminata.
Por lo tanto, esta regla dada se cumple completamente para el propósito del problema.]” (Du Pasquier y otros, 1923, pág. 6)

Para resolver este problema debemos de dibujar los nodos y tener en cuenta los siguientes puntos (luisyep, 219):

Para que un grafo sea conexo debe de existir conexión entre todos los nodos o vértices de manera que no queden nodos aislados formando otros grafos.

Los nodos de los que parten un número par de aristas son de grado par.
Los nodos de los que parten un número impar de aristas son de grado impar.

Se dice que un grafo es conexo o tiene un camino euleriano si todos los vértices están conectados y existe como máximo dos nodos de grado impar, esto sucede ya que si existe un nodo de grado impar debe de existir ineludiblemente otro de grado impar.

Se dice que un ciclo euleriano es aquel donde una camino euleriano es cerrado si solo si el punto final es el punto inicial. Esto no aplica para el árbol de la vida.

De manera que para que esto se cumpla todos los nodos deben de estar conectados y ser de grado par.



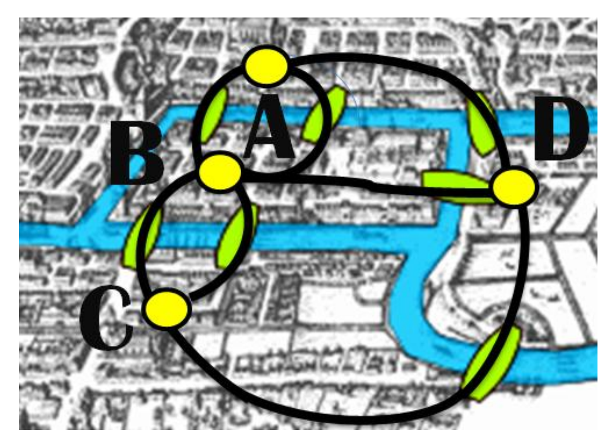


Figura 3. Trazado del grafo para resolver el ejercicio

Como podemos observar en la Figura 3 el nodo A es de grado 3, el nodo B es de grado 5, el nodo C es de grado 3 y el nodo D es de grado 3.

Por lo tanto al no haber ningún nodo de grado par no es un camino euleriano ya que el grado de los nodos es 5,3,3,3, además exige que forme un ciclo euleriano es decir se encuentre punto inicial y punto final en el mismo nodo.

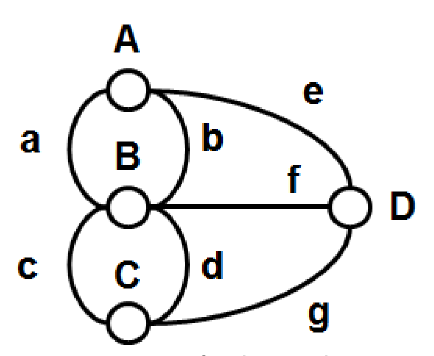


Figura 4. Grafo del problema

Para que se pueda cumplir que exista un recorrido en el grafo de la Figura 4 donde el inicio del recorrido y el final sea el mismo nodo sin repetir ninguna arista, se tiene que cumplir lo siguiente:

Si para $y_{extremoA}x_ny_{extremoB}$ donde x_n es cualquier arista y $y_{extremoA}$ es el nodo que conecta de un lado y $y_{extremoB}$ es el nodo que conecta al otro lado, entonce nuestro recorrido queda de la siguiente manera:

$y_0x_0y_1,y_2x_1y_3,y_4x_2y_5,y_6x_3y_7,y_8x_4y_9,y_{10}x_5y_{11},y_{12}x_6y_{13}$

Para las aristas cada x_n , n=0,1,2,3.... y x_n=a,b,c,d,e,f,g



Para los nodos cada y_n, n=0,1,2,3.... y y_n=A,B,C,D, donde para cada $y_{extremoA}x_ny_{extremoB}$, $y_{extremoA+1}x_{n+1}y_{extremoB+1}$,... el nodo extremoB de cada arista debe de ser igual nodo extremoA del siguiente para unirlos y formar el recorrido, un ejemplo:

AaB,BfA,AbC,CgD,DcA,AdB,BeA

Se cumple el recorrido pero para este grafo:

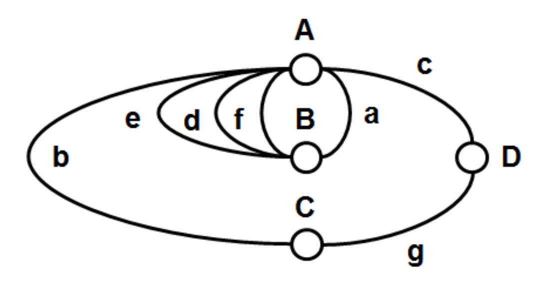


Figura 5.

Incluso el nodo inicial es igual al final, entonces debemos buscar todas la combinaciones posibles de a,b,c,d,e,f,g en diferente orden para obtener un recorrido, el cual nos debe de dar como resultado “que no existe” para el grafo de la Figura4 del río Pregel mismo resultado obtenido por Euler en 1736.

El algoritmo de Dijkstra es un método utilizado en teoría de grafos para encontrar el camino más corto entre un nodo de inicio y todos los demás nodos en un grafo ponderado, donde cada arco tiene un peso asociado. Aquí hay un resumen del método de Dijkstra:

1. **Inicialización:**
   - Asigna una distancia inicial al nodo de inicio como 0 y a todos los demás nodos como infinito.
   - Crea un conjunto de nodos no visitados que inicialmente contiene todos los nodos.
2. **Proceso:**
   - Mientras haya nodos no visitados:
     - Selecciona el nodo no visitado con la distancia mínima.
     - Para cada vecino no visitado del nodo actual, calcula la distancia tentativa sumando la distancia del nodo actual y el peso del arco que los conecta.
     - Si la distancia tentativa es menor que la distancia registrada para ese vecino, actualiza la distancia registrada.
3. **Marcado:**
   - Marca el nodo actual como visitado y quítalo del conjunto de nodos no visitados.
4. **Repetición:**



   - Repite el proceso hasta que todos los nodos hayan sido visitados o hasta que la distancia registrada para el nodo de destino sea infinita (indicando que no hay conexión).
5. **Resultado:**
   - Una vez completado, el algoritmo habrá calculado las distancias más cortas desde el nodo de inicio hasta todos los demás nodos en el grafo.

También existe el algoritmo de Dijkstra es eficiente para grafos con pesos no negativos y es ampliamente utilizado en aplicaciones como la planificación de rutas en redes de transporte y comunicación. Es importante tener en cuenta que este algoritmo no funciona correctamente en grafos con arcos de peso negativo. Para esos casos, se utilizan otros algoritmos, como el algoritmo de Bellman-Ford.

El algoritmo de Dijkstra es un algoritmo de búsqueda de rutas más cortas en un grafo dirigido o no dirigido con pesos en las aristas. Fue descubierto por el científico holandés Edsger Dijkstra en 1956 y *"lo publicó por primera vez en 1959"* (wikipedia, 2022) es uno de los algoritmos de búsqueda más utilizados en la actualidad, lo publico en *"un artículo de tres páginas titulado: "A note on two problems in connexion with graphs", lo cual se traduce a español como "Una nota sobre dos problemas relacionados con grafos." En este artículo explicó su nuevo algoritmo"* (Navone, 2022). Este algoritmo tiene algunas limitantes por ejemplo: *"es una especialización de la búsqueda de costo uniforme, y como tal, no funciona en grafos con aristas de coste negativo"* (wikipedia, 2022).

El Árbol de la Vida en la Cábala es una representación simbólica de la estructura del universo, la creación y la conexión entre lo divino y lo material. Este árbol se compone de diez Sefiroth (esferas o emanaciones), que están conectadas por 22 senderos. Cada Sefirá y cada sendero tienen correspondencias con letras hebreas, números, planetas, signos astrológicos y otros elementos simbólicos.

Si relacionamos el Árbol de la Vida con la teoría de grafos, podemos entenderlo como un grafo direccional ponderado. En este contexto:

Nodos (Sefiroth): Cada Sefirá sería un nodo en el grafo. Estos nodos representan diferentes aspectos o emanaciones de la divinidad y la creación. También les podemos llamar Vértices, en al caso de Da'at es especial lo cual explicare en las iteraciones donde lo utilizaremos en esta caso Da'at es singular, tiene que ser tratado de forma diferente respecto a las Sephiroth.

Arcos (Senderos o aristas): Los senderos entre los nodos serían los arcos del grafo. Cada sendero tiene un significado único y representa una conexión específica entre dos Sefiroth.

Ponderación de Arcos: Los senderos en el Árbol de la Vida no son simplemente conexiones, sino que también tienen atributos específicos asociados. Por ejemplo, cada

sendero puede tener asociado un número, una letra hebrea y otros atributos simbólicos que contribuyen a su significado. Da’at no es considerada una sefira pero se comporta de manera similar, recordemos que no tiene luz propia entonces el valor de las aristas que lo conectan con las Sephiroth, consideraremos como 0 el valor de las aristas, pero esto no le quita importancia ya que la llave del conocimiento en el árbol de la vida;

Direccionalidad: Se puede considerar la dirección de los senderos, pero depende del contexto, por decir si vamos a recorrer de Maljut a Kéter la dirección de las arista es siempre hacia arriba si vamos de Kéter a Maljut las consideraremos con dirección hacia abajo, lo que significa que la conexión entre dos Sefiroth puede ser diferente según la dirección que se siga. Esto podría reflejar la naturaleza jerárquica y la secuencia de emanación.

Al analizar el Árbol de la Vida desde la perspectiva de un grafo, se pueden explorar las relaciones y las interconexiones entre los aspectos espirituales y divinos representados por las Sefiroth. Sin embargo, es fundamental reconocer que esta interpretación gráfica es una abstracción y simplificación de los conceptos complejos y espirituales que la Cábala intenta transmitir. Analizaremos la senda serpenteante, conocida como Najushtan que va de Maljut a Kéter primero.

Matriz de adyacencias que forman el árbol de la vida como grafo

	Kéter	Jojmá	Biná	Da’at	Jésed	Gevurá	Tiféret	Netsaj	Hod	Yesod	Maljut
Kéter	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0
Jojmá	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0
Biná	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0
Da'at	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0
Jésed	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0
Gevurá	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0
Tiféret	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0
Netsaj	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1
Hod	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1
Yesod	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1
Maljut	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0

Esta matriz de adyacencia representa las relaciones entre las Sefiroth en el Árbol Sefirótico de la Cábala. Aquí hay un análisis de sus características:

1. **Conexiones Directas:**
   - La presencia de "1" en las celdas indica conexiones directas entre las Sefiroth correspondientes.
   - La mayoría de las Sefiroth están conectadas directamente con otras, reflejando la interconexión y la relación entre los diversos atributos divinos.
2. **Conexiones Simétricas:**
   - La matriz es simétrica respecto a su diagonal principal, lo que significa que la conexión entre A y B es la misma que la conexión entre B y A. Esto es consistente con la simetría de las relaciones en el Árbol Sefirótico.
3. **Grado de Conectividad:**
   - Las Sefiroth Jojmá, Biná, Da'at, Jésed, y Gevurá tienen un grado de conectividad más alto, ya que están conectadas directamente con varias otras Sefiroth.
   - Yesod y Hod también tienen un grado significativo de conectividad, mientras que Maljut tiene menos conexiones directas.
4. **Aislamiento de Da'at:**
   - Da'at no tiene conexiones directas en esta matriz, lo cual es consistente con interpretaciones que lo ven como un punto de transición o unión entre Jojmá y Biná, en lugar de una sefira independiente.
5. **Enfoque en Yesod y Hod:**
   - Yesod y Hod están conectadas directamente con varias Sefiroth, pero no con todas. Esto podría sugerir que estas Sefiroth tienen una función importante, pero no tan central como otras como Jojmá, Biná, y Tiféret.
6. **Limitada Conexión de Maljut:**
   - Maljut tiene conexiones directas solo con Yesod y Hod. Esto puede reflejar su papel como la manifestación divina en el mundo físico, conectada con aspectos más internos del Árbol Sefirótico a través de Yesod y Hod.
7. **Conexiones Predominantes:** Al observar la matriz, se puede ver que la mayoría de las Sefiroth están interconectadas de alguna manera. Esto refleja la idea de que las Sefiroth están relacionadas y que la energía divina fluye a través de diferentes atributos.
8. **Elevada Conexión de Tiféret:** La sefira de Tiféret muestra conexiones con casi todas las demás Sefiroth en la matriz. Tiféret se considera a menudo como el punto de equilibrio y armonía en el Árbol Sefirótico, y su conexión extensa sugiere su posición central.

Caminos (aristas)

Cada una de las 22 aristas tiene un valor que van de 11 hasta 32:

1. **Aleph (א):** Conecta Kéter con Jojmá. Igual a 11.
2. **Bet (ב):** Conecta Kéter con Biná. Igual a 12.
3. **Gimel (ג):** Conecta Kéter con Tiféret. Igual a 13.
4. **Dalet (ד):** Conecta Jojmá con Biná. Igual a 14.



5. **Hei (ה):** Conecta Jojmá con Tiféret. Igual a 15.
6. **Vav (ו):** Conecta Jojmá con Jésed. Igual a 16.
7. **Zayin (ז):** Conecta Biná con Tiféret. Igual a 17.
8. **Chet (ח):** Conecta Biná con Gevurá. Igual a 18.
9. **Tet (ט):** Conecta Gevurá con Jésed. Igual a 19.
10. **Yod (י):** Conecta Jésed con Tiféret. Igual a 20.
11. **Kaf (כ):** Conecta Jésed con Netsaj. Igual a 21.
12. **Lamed (ל):** Conecta Gevurá con Tiféret. Igual a 22.
13. **Mem (מ):** Conecta Gevurá con Hod. Igual a 23.
14. **Nun (נ):** Conecta Tiféret con Netsaj. Igual a 24.
15. **Samekh (ס):** Conecta Tiféret con Yesod. Igual a 25.
16. **Ayin (ע):** Conecta Tiféret con Hod. Igual a 26.
17. **Pe (פ):** Conecta Hod con Netsaj. Igual a 27.
18. **Tsadi (צ):** Conecta Netsaj con Yesod. Igual a 28.
19. **Qof (ק):** Conecta Netsaj con Maljut. Igual a 29.
20. **Resh (ר):** Conecta Hod con Yesod. Igual a 30.
21. **Shin (ש):** Conecta Hod con Maljut. Igual a 31.
22. **Tav (ת):** Conecta Yesod con Maljut. Igual a 32.

Comencemos con el algoritmo para el camino de la serpiente, el objetivo es llegar a Kéter, empezando desde Maljut

Sendero de la Najushtan (Serpiente)



Árbol de la vida
Etz Jaim (עץ חיים)

Kéter 1
Jojmá 2
Biná 3
Da'at
Jésed 4
Gevurá 5
Tiféret 6
Netsaj 7
Hod 8
Yesod 9
Maljut 10

Aleph (א): 11.
Bet (ב): 12.
Gimel (ג): 13.
Dalet (ד): 14.
Hei (ה): 15.
Vav (ו): 16.
Zayin (ז): 17.
Chet (ח): 18.
Tet (ט): 19.
Yod (י): 20.
Kaf (כ): 21.
Lamed (ל): 22.
Mem (מ): 23.
Nun (נ): 24.
Samekh (ס): 25.
Ayin (ע): 26.
Pe (פ): 27.
Tsadi (צ): 28.
Qof (ק): 29.
Resh (ר): 30.
Shin (ש): 31.
Tav (ת): 32.

Total del recorrido=0

La sefira Maljut es nuestro primer vértice, como observamos tenemos la opción de tres aristas con valores 29, 31 y 32, en función de que vamos a trazar un camino que atraviesa todos los vértices es decir las 10 Sephiroth de Maljut a Kéter pasando solo una vez en cada una y vamos a ir subiendo eligiendo el valor de la arista que cumpla lo anterior de mayor valor, haciendo el camino de la serpiente. En este caso vamos a elegir la arista de mayor valor que es 32 y nos lleva a Yesod. La transición de Maljut a Yesod en el árbol de las Sefiroth implica un proceso de elevación espiritual y refinamiento. Maljut, asociada con la materia y la manifestación final, se transforma en Yesod, la fundación, marcando el paso de la exterioridad a la interioridad. Para lograr este cambio, es esencial cultivar la conexión consciente con la divinidad, practicando la humildad y reconociendo la trascendencia de fuerzas más elevadas. La introspección y la autoevaluación son cruciales, permitiendo identificar y rectificar imperfecciones personales. La práctica de la pureza en pensamientos

y acciones, así como la fidelidad a principios éticos, facilitan el tránsito hacia Yesod, donde la conexión con la esencia divina se vuelve más profunda y auténtica.

Árbol de la vida
Etz Jaim (עץ חיים)

Kéter 1
Jojmá 2
Biná 3
Jésed 4
Gevurá 5
Tiféret 6
Netsaj 7
Hod 8
Yesod 9
Maljut 10
Da'at

Aleph (א): 11.
Bet (ב): 12.
Gimel (ג): 13.
Dalet (ד): 14.
Hei (ה): 15.
Vav (ו): 16.
Zayin (ז): 17.
Chet (ח): 18.
Tet (ט): 19.
Yod (י): 20.
Kaf (כ): 21.
Lamed (ל): 22.
Mem (מ): 23.
Nun (נ): 24.
Samekh (ס): 25.
Ayin (ע): 26.
Pe (פ): 27.
Tsadi (צ): 28.
Qof (ק): 29.
Resh (ר): 30.
Shin (ש): 31.
Tav (ת): 32.

Total del recorrido=32

Hemos elegido 1 arista y en total el valor del recorrido es de 32. La sefira Yesod es nuestro segundo vértice, como observamos tenemos la opción de tres aristas con valores 25, 28 y 30. En este caso vamos a elegir la arista de mayor valor que es 30 y nos lleva a Hod. La transición de Yesod a Hod en el árbol de las Sefiroth implica un cambio en la conciencia y la expresión de la divinidad en nuestras vidas. Yesod, la fundación, representa la conexión íntima con la esencia divina, y para pasar a Hod, la esfera de la humildad y la gratitud, es necesario canalizar esa conexión hacia una expresión externa consciente. La práctica



constante de la humildad, el reconocimiento de nuestras limitaciones y la expresión agradecida de nuestras bendiciones son clave. La comunicación honesta y la transparencia en nuestras interacciones con los demás son vehículos para trascender la autoconciencia y nutrir la conexión divina hacia un servicio más amplio y desinteresado.

Árbol de la vida
Etz Jaim (עץ חיים)

Kéter 1, Jojmá 2, Biná 3, Jésed 4, Gevurá 5, Tiféret 6, Netsaj 7, Hod 8, Yesod 9, Maljut 10, Da'at

Aleph (א): 11.
Bet (ב): 12.
Gimel (ג): 13.
Dalet (ד): 14.
Hei (ה): 15.
Vav (ו): 16.
Zayin (ז): 17.
Chet (ח): 18.
Tet (ט): 19.
Yod (י): 20.
Kaf (כ): 21.
Lamed (ל): 22.
Mem (מ): 23.
Nun (נ): 24.
Samekh (ס): 25.
Ayin (ע): 26.
Pe (פ): 27.
Tsadi (צ): 28.
Qof (ק): 29.
Resh (ר): 30.
Shin (ש): 31.
Tav (ת): 32.

Total del recorrido=62

Hemos elegido 2 aristas y en total el valor del recorrido es de 62. La sefira Hod es nuestro tercer vértice, como observamos tenemos la opción de cinco aristas de las cuales descartamos la de valor 31 porque nos lleva de regreso hacia abajo y 30 ya la elegimos, solo nos quedan las aristas con valores 23, 26 y 27. En este caso vamos a elegir la arista de mayor valor que es 27 y nos lleva a Netsaj. El paso de Hod a Netsaj en el árbol de las

Sefiroth implica una transformación de la humildad y la gratitud a la acción dinámica y la victoria. Desde la perspectiva de Hod, la esfera de la humildad y la aceptación, el movimiento hacia Netsaj implica canalizar esa humildad en acciones concretas. Es necesario superar la pasividad inherente a Hod y entrar en el reino de Netsaj, que representa la victoria y la perseverancia. Practicar la humildad activa, reconocer nuestras habilidades y utilizarlas con determinación y enfoque en nuestros objetivos contribuye a este tránsito. La autoevaluación honesta en Hod se convierte en un impulso para actuar con confianza y lograr victorias significativas en Netsaj.

Árbol de la vida
Etz Jaim (עץ חיים)

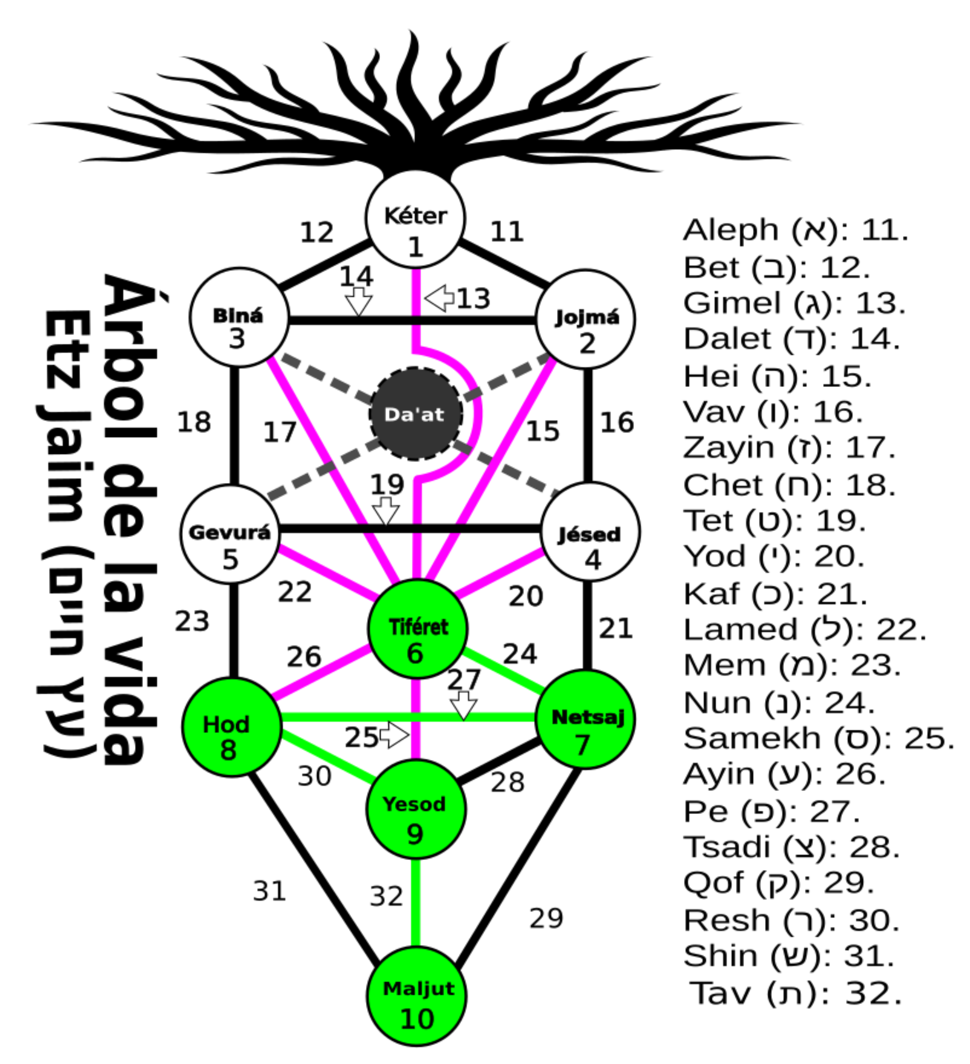
Kéter 1
Jojmá 2
Biná 3
Da'at
Jésed 4
Gevurá 5
Tiféret 6
Netsaj 7
Hod 8
Yesod 9
Maljut 10

Aleph (א): 11.
Bet (ב): 12.
Gimel (ג): 13.
Dalet (ד): 14.
Hei (ה): 15.
Vav (ו): 16.
Zayin (ז): 17.
Chet (ח): 18.
Tet (ט): 19.
Yod (י): 20.
Kaf (כ): 21.
Lamed (ל): 22.
Mem (מ): 23.
Nun (נ): 24.
Samekh (ס): 25.
Ayin (ע): 26.
Pe (פ): 27.
Tsadi (צ): 28.
Qof (ק): 29.
Resh (ר): 30.
Shin (ש): 31.
Tav (ת): 32.

Total del recorrido=89

Hemos elegido 3 aristas y en total el valor del recorrido es de 89. La sefira Netsaj es nuestro cuarto vértice, como observamos tenemos la opción de cinco aristas de las cuales

descartamos las de valor 29 y 28 porque nos llevan de regreso y 27 ya la elegimos, solo nos quedan las aristas con valores 21 y 24. En este caso vamos a elegir la arista de mayor valor que es 24 y nos lleva a Tiféret. Para pasar de la sefira Netsaj a Tiféret, es esencial equilibrar la energía enérgica y victoriosa de Netsaj con la armonía y la compasión de Tiféret. Netsaj representa la perseverancia y la determinación, mientras que Tiféret simboliza la belleza y el equilibrio. El camino implica canalizar la energía triunfante de Netsaj hacia expresiones creativas y amorosas. La práctica de la empatía, la compasión y la búsqueda de la armonía en las interacciones diarias son clave. Integrar las victorias logradas en Netsaj con la conciencia de cómo afectan positivamente a uno mismo y a los demás permite una transición suave hacia Tiféret, donde la belleza y la conexión con el todo se manifiestan en equilibrio.



Hemos elegido 4 aristas y el total del valor del recorrido es de 113. La sefira Tiféret es nuestro quinto vértice, como observamos tenemos la opción de ocho aristas de las cuales



descartamos las de valor 25 y 26 porque nos llevan de regreso y 24 ya la elegimos, descartaremos la 13 porque nos lleva a Kéter que es nuestra meta pero sin haber tocado los demás vértices faltantes Jésed, Gevurá, Jojmá y Biná (incluyendo Da'at) solo nos quedan las aristas con valores 15, 17, 20 y 22. En este caso vamos a elegir la arista de mayor valor que es 22 y que nos lleva a Gevurá. Para pasar de la sefira Tiféret a Gevurá, es necesario transitar desde el equilibrio armónico hacia una comprensión más profunda de los límites y la disciplina. Tiféret representa la armonía y la belleza, mientras que Gevurá se asocia con la fuerza disciplinada y la severidad. Este proceso implica reconocer que, a veces, es necesario establecer límites y aplicar restricciones para alcanzar metas específicas. La transición implica cultivar la fuerza de voluntad y la capacidad de decir "no" cuando sea necesario, sin perder de vista la visión general. Es un viaje hacia una disciplina estructurada y una toma de decisiones firme, permitiendo que la belleza de Tiféret se moldee con la fuerza disciplinada de Gevurá.

Árbol de la vida
Etz Jaim (עץ חיים)

Kéter 1, Jojmá 2, Biná 3, Da'at, Jésed 4, Gevurá 5, Tiféret 6, Netsaj 7, Hod 8, Yesod 9, Maljut 10

Aleph (א): 11.
Bet (ב): 12.
Gimel (ג): 13.
Dalet (ד): 14.
Hei (ה): 15.
Vav (ו): 16.
Zayin (ז): 17.
Chet (ח): 18.
Tet (ט): 19.
Yod (י): 20.
Kaf (כ): 21.
Lamed (ל): 22.
Mem (מ): 23.
Nun (נ): 24.
Samekh (ס): 25.
Ayin (ע): 26.
Pe (פ): 27.
Tsadi (צ): 28.
Qof (ק): 29.
Resh (ר): 30.
Shin (ש): 31.
Tav (ת): 32.

Total del recorrido=135

Hemos elegido 5 aristas y el total del valor del recorrido es de 135. La sefira Gevurá es nuestro sexto vértice, como observamos tenemos la opción de cinco aristas de las cuales descartamos la de valor 23 porque nos lleva de regreso y 22 ya la elegimos, aquí tenemos que Da'at dado que no tienen valor la tomaremos como cero, solo nos quedan las aristas con valores 0, 18 y 19. En este caso vamos a elegir la arista de mayor valor que es 19 y nos lleva a Jésed. Para pasar de la sefira Gevurá a Jésed, se requiere equilibrar la fuerza disciplinada y la severidad con la compasión y la generosidad. Gevurá representa la restricción y la contención, mientras que Jésed es la emanación de amor y bondad. Este proceso implica suavizar las limitaciones autoimpuestas y permitir que fluya la benevolencia. Es un acto consciente de abrir el corazón y liberar las restricciones para abrazar la compasión hacia uno mismo y hacia los demás. Cultivar la empatía y la

disposición a brindar apoyo desinteresado facilita la transición de Gevurá a Jésed, creando un equilibrio armonioso entre la fuerza disciplinada y la expresión amorosa.

Árbol de la vida
Etz Jaim (עץ חיים)

Kéter 1
Jojmá 2
Biná 3
Da'at
Jésed 4
Gevurá 5
Tiféret 6
Netsaj 7
Hod 8
Yesod 9
Maljut 10

Aleph (א): 11.
Bet (ב): 12.
Gimel (ג): 13.
Dalet (ד): 14.
Hei (ה): 15.
Vav (ו): 16.
Zayin (ז): 17.
Chet (ח): 18.
Tet (ט): 19.
Yod (י): 20.
Kaf (כ): 21.
Lamed (ל): 22.
Mem (מ): 23.
Nun (נ): 24.
Samekh (ס): 25.
Ayin (ע): 26.
Pe (פ): 27.
Tsadi (צ): 28.
Qof (ק): 29.
Resh (ר): 30.
Shin (ש): 31.
Tav (ת): 32.

Total del recorrido=154

Hemos elegido 6 aristas y el total del valor del recorrido es de 154. La sefira Jésed es nuestro séptimo vértice, como observamos tenemos la opción de cinco aristas de las cuales descartamos las de valor 19, 20 y 21 porque nos llevan de regreso y 16 nos lleva Jojmá sin haber cruzado por el abismo del conocimiento, recordemos que las aristas de Da’at valen cero ¿Cuál elegimos?, aquí tenemos que Da’at es nuestra única opción ya que si vamos a Jojmá llegaríamos a Kéter sin haber pasado por Biná, solo nos queda las arista con valor 0. En este caso vamos a elegir la arista de mayor valor y única que queda y nos

lleva a Da'at solo que tiene algo especial, dado que es como un puente, nos lleva directo a Biná, ya que las demás aristas de Da'at nos llevan a Jojmá o de regreso.

Para pasar de la sefira Jésed a Da'at, se requiere elevar la compasión y la generosidad a un nivel más profundo de conocimiento y comprensión. Jésed representa la benevolencia y el amor desinteresado, mientras que Da'at es el conocimiento íntimo y la conexión espiritual. El viaje implica no solo actos de bondad externa, sino también una comprensión interna de la interconexión de todas las cosas. Se trata de trascender la benevolencia superficial y cultivar una compasión arraigada en la sabiduría espiritual. Practicar la empatía profunda y la comprensión holística (Comprensión Del todo o que considera algo como un todo) permite la transición armoniosa de Jésed a Da'at, llevando la benevolencia a un nivel más elevado de conciencia y conexión espiritual.

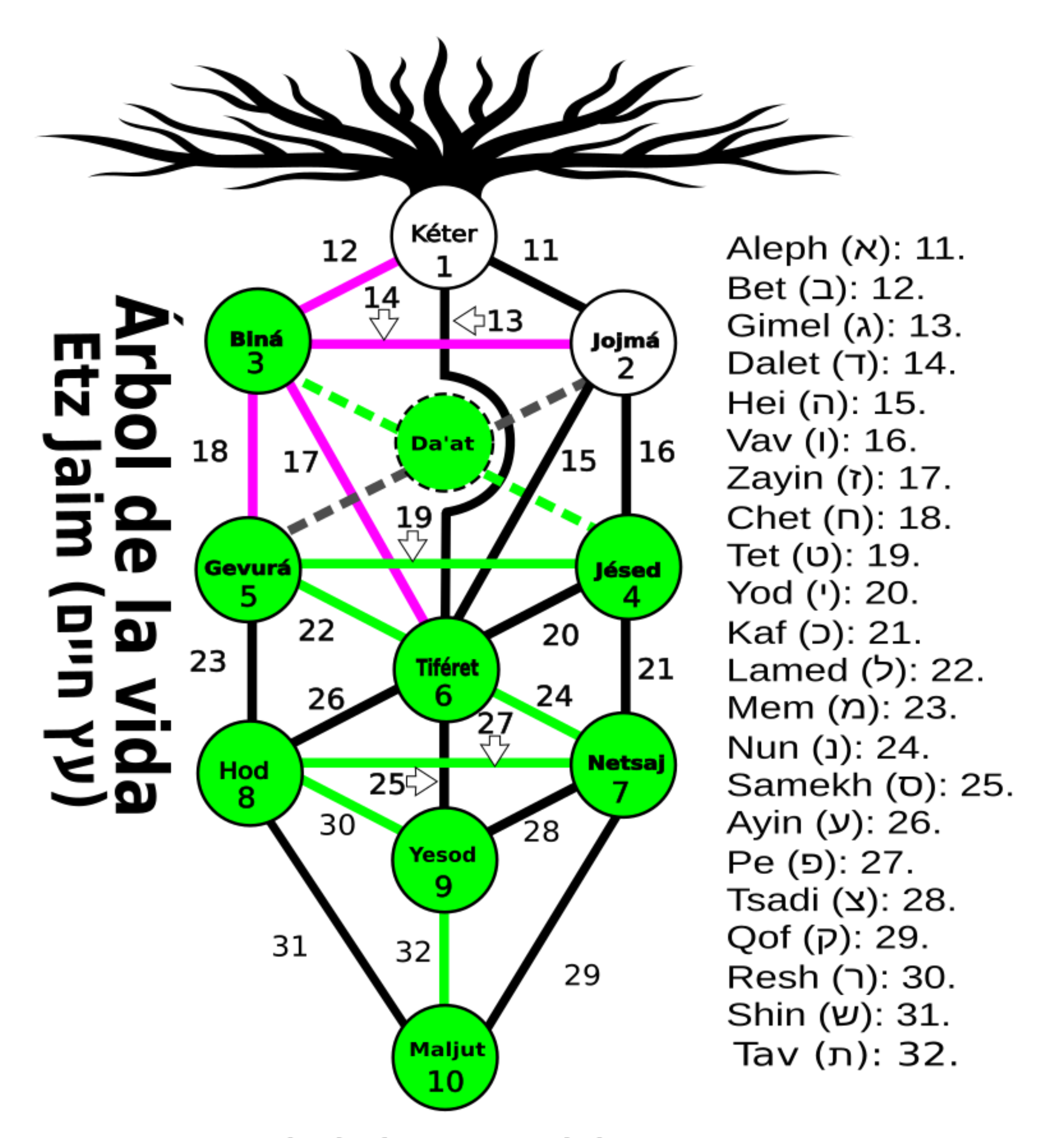
Este proceso implica elevar la conciencia más allá de las emociones puras hacia la comprensión y la integración de la información. Es un viaje desde la expresión amorosa hacia la asimilación consciente del conocimiento. Practicar la reflexión y la contemplación profunda puede ayudar a ampliar la percepción y llevar a una conexión más elevada con la sabiduría universal, marcando así la transición de Jésed a Da'at.

Para pasar de la sefira Da'at a Biná, se requiere una transformación cognitiva y espiritual significativa. Da'at, que representa el conocimiento, debe evolucionar hacia Biná, la sefira de la comprensión profunda y la discernimiento. Este proceso implica no solo acumular información, como en Da'at, sino también comprenderla a un nivel más abstracto y conceptual. Practicar la contemplación, la meditación y la reflexión profunda sobre la información adquirida es esencial. Además, desarrollar la paciencia y la capacidad de ver más allá de la superficie de las cosas contribuye a esta transición. Biná implica una comprensión más matizada y contextualizada, permitiendo una visión más completa y penetrante del conocimiento.

En la Cábala, Da'at se considera a menudo como un punto de transición entre las Sefiroth superiores e inferiores, actuando como un "puente" entre ellas. Aunque se le menciona como "conocimiento", Da'at no es considerada formalmente una sefirá independiente. Su ubicación entre Jésed y Gevurá en el Árbol de la Vida simboliza la integración y equilibrio de las energías de estas Sefiroth. Las rutas de Da'at no tienen un valor distintivo porque no representa un estado de conciencia en sí mismo, sino más bien la conexión y fusión de las Sefiroth circundantes. Funciona como un punto de unión y transformación donde se integran las energías opuestas de Jésed y Gevurá. La naturaleza transitoria de Da'at impide que sea considerada una sefirá completa, ya que su existencia depende de la armonización de las fuerzas circundantes en lugar de ser una entidad autónoma.

La relación entre Da'at y el concepto del tercer ojo se basa en similitudes simbólicas y espirituales, es una metáfora utilizada en varias tradiciones espirituales y filosóficas, como la hindú y la esotérica, para denotar una percepción intuitiva o conocimiento más profundo. En la Cábala, Da'at se asocia con el "conocimiento" y la comprensión espiritual. Da'at es una forma de percepción más allá de los sentidos físicos, una visión interna que trasciende la realidad tangible. Da'at actúa como un punto de conexión con lo divino, donde el conocimiento espiritual se revela directamente. El tercer ojo es un símbolo de la intuición y la percepción espiritual, representa la capacidad de acceder a niveles más profundos de comprensión y conciencia.

También se le llama "Abismo" a Da'at porque representa un punto singular de unión y separación. Da'at es como un punto de conexión y conocimiento. Este espacio simboliza una especie de vacío o abismo en la estructura de las Sefiroth. Es como un punto de unión donde se encuentra el conocimiento divino. Al mismo tiempo, se le considera un "abismo" porque no es una sefirá completa en sí misma; no tiene luz propia ni está totalmente separada como las otras Sefiroth. En términos simbólicos, el abismo representa una barrera o espacio especial donde el conocimiento superior puede ser alcanzado y asimilado.



Hemos elegido 8 aristas (Da'at no cuenta para nuestro propósito, sin embargo de gran importancia) y el total del valor del recorrido es de 154 (las aristas de Da'at valen cero). La sefira Biná es nuestro octavo vértice, como observamos tenemos la opción de cinco aristas de las cuales descartamos las de valor 17 y 18 porque nos llevan de regreso y 0 (Da'at) ya la elegimos, solo nos quedan las aristas con valores 12 y 14. En este caso vamos a elegir la arista de mayor valor que es 14 y nos lleva a Jojmá. Para avanzar de Biná a Jojmá en la Cábala, es esencial comprender y aplicar principios fundamentales de desarrollo espiritual. Biná representa la comprensión y la receptividad del conocimiento, mientras que Jojmá es la fuente de la sabiduría intuitiva. El proceso de transición implica elevar la conciencia más allá de la comprensión racional hacia la visión intuitiva. La meditación profunda y la contemplación sobre conceptos elevados son prácticas cruciales. La humildad es esencial para permitir que la sabiduría superior fluya y para liberarse de las limitaciones de la mente

racional. La conexión con enseñanzas espirituales, la reflexión sobre textos sagrados y la búsqueda de la verdad interior son también vías para abrir el canal de Jojmá. La paciencia y la perseverancia en la práctica espiritual son claves, ya que el tránsito de Biná a Jojmá implica un cambio de perspectiva profundo y gradual.

Árbol de la vida
Etz Jaim (עץ חיים)

Aleph (א): 11.
Bet (ב): 12.
Gimel (ג): 13.
Dalet (ד): 14.
Hei (ה): 15.
Vav (ו): 16.
Zayin (ז): 17.
Chet (ח): 18.
Tet (ט): 19.
Yod (י): 20.
Kaf (כ): 21.
Lamed (ל): 22.
Mem (מ): 23.
Nun (נ): 24.
Samekh (ס): 25.
Ayin (ע): 26.
Pe (פ): 27.
Tsadi (צ): 28.
Qof (ק): 29.
Resh (ר): 30.
Shin (ש): 31.
Tav (ת): 32.

Total del recorrido=168

Hemos elegido 9 aristas y el total del valor del recorrido es de 168. La sefira Jojmá es nuestro noveno vértice, como observamos tenemos la opción de cinco aristas de las cuales descartamos las de valor 0, 15 y 16 porque nos llevan de regreso y 14 ya la elegimos, solo nos quedan la arista con valor 11. En este caso vamos a elegir la arista de mayor valor que es 11 y que nos lleva a Kéter. El paso de Jojmá a Kéter en la Cábala implica elevar la conciencia de la sabiduría intuitiva a la conexión con la corona divina. Jojmá es la fuente de



la sabiduría, mientras que Kéter representa la corona y la conexión con la esencia divina. Para realizar esta transición, se requiere una profunda meditación y un enfoque en la conexión espiritual. La práctica de la humildad y la rendición es esencial, ya que Kéter está más allá de la comprensión humana y se experimenta mejor en un estado de entrega total. La devoción a la búsqueda de la verdad última y la conexión con la divinidad a través de la oración y la contemplación son prácticas fundamentales. La purificación del ego y la apertura del corazón a la luz divina son pasos cruciales para trascender las limitaciones de Jojmá y alcanzar la corona de Kéter.

Árbol de la vida
Etz Jaim (עץ חיים)

Kéter 1
Jojmá 2
Biná 3
Da'at
Jésed 4
Gevurá 5
Tiféret 6
Netsaj 7
Hod 8
Yesod 9
Maljut 10

Aleph (א): 11.
Bet (ב): 12.
Gimel (ג): 13.
Dalet (ד): 14.
Hei (ה): 15.
Vav (ו): 16.
Zayin (ז): 17.
Chet (ח): 18.
Tet (ט): 19.
Yod (י): 20.
Kaf (כ): 21.
Lamed (ל): 22.
Mem (מ): 23.
Nun (נ): 24.
Samekh (ס): 25.
Ayin (ע): 26.
Pe (פ): 27.
Tsadi (צ): 28.
Qof (ק): 29.
Resh (ר): 30.
Shin (ש): 31.
Tav (ת): 32.

Total del recorrido=179



Hemos elegido 10 aristas y el total del valor del recorrido es de 179. La sefira Kéter es nuestro decimo último vértice, ya terminamos de recorrer de Maljut a Kéter. Está transición es un viaje ascendente desde el reino de manifestación y acción hacia la conexión con la corona divina. Maljut representa el reino de la manifestación, la materialización de la espiritualidad en el mundo físico. Para alcanzar Kéter, la corona, es necesario elevar la conciencia más allá de las limitaciones de la realidad tangible.

Este proceso implica una profunda introspección y un reconocimiento de la conexión intrínseca entre lo manifestado en Maljut y la fuente divina en Kéter. La práctica de la meditación, la oración y la rendición son fundamentales para abrir la puerta a la corona de Kéter. La humildad y la disposición a trascender las limitaciones del ego son claves para esta transición, permitiendo así elevarse desde el reino terrenal hasta la corona espiritual de Kéter.

En gematría es difícil encontrar la respuesta de la sumatoria de las aristas recorridas, porque existen posibilidades, muchas frases y palabras en hebreo que suman 179, el siguiente enunciado es un ejemplo יוהה עז למו en hebreo, significa "YHWH es su fuerza" simplemente sumamos los valores numéricos correspondientes a cada letra:

179 = 10 (י) + 6 (ו) + 5 (ה) + 5 (ה) + 70 (ע) + 7 (ז) + 30 (ל) + 40 (מ) + 6 (ו)

Y podemos encontrar varias respuestas más:

חנוקיה (Chanukia) - Menorah (candelabro) de Janucá.
ידעיפה (Yadife) - Conoce.
דע יפה (Yada Yafe) - Conoce bien.
יי אבינו גאלנו (Yi Avinu Goelenu) - ¡Oh D-os, nuestro Redentor!

Es difícil saber que significa esta sumatoria de 179, entre algunos significados asociados con los números 1, 7 y 9 en la Cábala se pueden asociar a:

Número 1 (Uno):

Significado: Representa la unidad y la unicidad de D-os. Es el número primordial que simboliza la fuente y la singularidad divina.

Conceptos Asociados: La unidad absoluta, la esencia única de D-os, el punto de origen de toda la creación.

Número 7 (Siete):

Significado: Es un número sagrado que simboliza la perfección, la totalidad y la plenitud. Se considera un número espiritualmente significativo.

Número 9 (Nueve):

Significado: Representa la totalidad y la culminación. Se asocia con la realización espiritual y la conexión con la divinidad.

Conceptos Asociados: Los nueve aspectos del alma que sin todas las Sephiroth sin contar Maljut, el noveno Sefirá en el Árbol de la Vida (llamado Yesod), que sirve como un canal de transmisión entre el mundo espiritual y el físico.

Es importante destacar que la interpretación de los números en la Cábala puede variar según las tradiciones y las enseñanzas específicas de diferentes sistemas cabalísticos.

A continuación, se ofrecen algunas interpretaciones generales:

1. **Ascenso espiritual:** El Árbol de la Vida es como una representación simbólica del viaje del alma hacia la unidad con lo divino. Ir de Maljut a Kéter implica un ascenso espiritual, un movimiento desde la conciencia centrada en lo material hacia una comprensión más elevada y espiritual de la existencia.
2. **Unificación y conexión:** Ir de Maljut a Kéter implica un proceso de unificación, donde el individuo busca conectarse y armonizarse con dimensiones más elevadas de la existencia.
3. **Desarrollo personal y transformación:** Este viaje simboliza el proceso de desarrollo personal y espiritual. Implica trascender las preocupaciones y limitaciones puramente materiales para buscar un entendimiento más profundo de la vida y del yo.
4. **Búsqueda de significado:** También puede interpretarse como la búsqueda de significado en la vida. Implica buscar respuestas más allá de lo superficial y material, explorando dimensiones más profundas de la existencia y la espiritualidad.
5. **Conciencia de la conexión cósmica:** Implica una expansión de la conciencia para incluir una comprensión más amplia de la existencia y la interconexión de todas las cosas.

Entre la Serpiente y el Rayo: Un Viaje Místico hacia la Unificación y la Armonía

En el vasto tejido de la cosmogonía de la Kabbalah, dos caminos divergentes entrelazan el destino del universo: la senda serpenteante, conocida como Najushtan, y el rayo relampagueante, el Kav. Estos senderos, como hilos invisibles, tejen la narrativa de la creación, desde la retracción divina hasta el despliegue ordenado de las dimensiones cósmicas representadas por las Sefiroth.

El Kav, como un relámpago que ilumina el cielo, desciende desde lo divino hacia lo terrenal. Es la manifestación de la Luz Infinita, el intento divino de llenar el vacío creado por la retracción del Ein Sof en el acto de TzimTzum. Este rayo luminoso busca plenitud en los recipientes de las Sefiroth, creando así las dimensiones ordenadas del universo. Es un recordatorio de la continua interacción entre lo celestial y lo mundano, donde la divinidad se refleja en la creación.



Contrastando con la verticalidad del Kav, surge la serpenteante senda de Najushtan. Un camino que serpentea entre cada sefirá, integrando las cualidades de cada una. No es un ascenso ni un descenso, sino una danza armoniosa que abraza la dualidad y fusiona las polaridades. Es la encrucijada donde lo terrenal y lo divino convergen, permitiendo la ascensión desde la materia hacia la espiritualidad.

El Sendero de la Flecha, marcado por la ascensión a través de las Sefiroth de Yesod, Tiféret y Da'at, hacia Kéter en el pilar central representa la búsqueda directa de la iluminación. Desafiando el ego y la dualidad sujeto-objeto, este camino es una travesía audaz hacia la comprensión espiritual. Es un recordatorio de que, a veces, la iluminación se encuentra en la confrontación directa con la verdad interior, trascendiendo las limitaciones de la individualidad.

La dualidad sujeto-objeto es un concepto filosófico que se refiere a la dicotomía fundamental entre el sujeto y el objeto en la experiencia y la percepción. Esta dualidad es una parte importante de varias tradiciones filosóficas y también se aborda en la fenomenología, la epistemología y la filosofía de la mente. Aquí te muestro una explicación más detallada:

1. **Sujeto:**
   - El sujeto se refiere a la entidad consciente que experimenta, percibe y tiene experiencias.
   - Es la conciencia, el individuo que conoce, siente, piensa o experimenta algo.
2. **Objeto:**
   - El objeto es aquello que es percibido, experimentado o conocido por el sujeto.
   - Puede ser cualquier cosa fuera del sujeto, como un objeto físico, una idea, una emoción, etc.

La dualidad sujeto-objeto implica una separación ontológica y epistemológica entre la entidad que experimenta (sujeto) y lo que es experimentado (objeto). Aquí hay algunas perspectivas filosóficas que abordan esta dualidad:

- **Idealismo:** Algunas filosofías idealistas sostienen que el sujeto es fundamental, y que los objetos existen en relación con la conciencia. Es decir, la realidad es creada o depende de la mente.
- **Realismo:** En contraste, el realismo sostiene que los objetos existen independientemente de la conciencia. La realidad objetiva tiene una existencia propia, independiente de la mente que la percibe.
- **Fenomenología:** Se ocupa de la descripción y análisis de las experiencias conscientes tal como se presentan. La relación entre el sujeto y el objeto en la experiencia directa.

- **Filosofía de la mente:** La dualidad sujeto-objeto también se aborda en relación con la conciencia y la naturaleza de la experiencia consciente.

La dualidad sujeto-objeto es un concepto fundamental que destaca la relación y separación entre la entidad que experimenta y lo que es experimentado. Este tema ha sido explorado de diversas maneras a lo largo de la historia de la filosofía y continúa siendo un tema de reflexión en varias disciplinas filosóficas y científicas.

Ambos caminos, el serpenteante Najushtan y el directo Sendero de la Flecha, convergen en un propósito supremo: el Tikún Olam, reparar el mundo. En la unificación de estas sendas, se revela el plan de evolución espiritual. La cosmogonía de la Kabbalah nos enseña que el equilibrio es esencial, representado por el éxito en el segundo intento de TzimTzum, donde la Luz se restringe y fluye controladamente.

La ruptura cósmica y la subsiguiente reparación destacan la delicada danza entre la divinidad y la creación. La capacidad de contener la energía divina sin ser abrumado por ella se convierte en la clave para la armonía cósmica. La lección es clara: en la búsqueda de la iluminación y la conexión divina, es crucial encontrar el equilibrio entre la entrega y la contención, entre el ascenso directo y la serpenteante integración de todas las cualidades.

Así, en esta danza cósmica entre la serpiente y el rayo, descubrimos la belleza de un universo que se revela a sí mismo a aquellos que buscan comprender la intricada armonía entre lo celestial y lo terrenal. La Kabbalah, con sus senderos serpenteantes y rayos relampagueantes, nos invita a explorar la complejidad de nuestra existencia y a participar activamente en el Tikún Olam, contribuyendo a la reparación y elevación espiritual del mundo. En cada paso, en cada travesía, encontramos la promesa de unión y significado, guiados por la luz divina que permea cada rincón del cosmos.

Ir de Maljut a Kéter, y viceversa, implica superar desafíos fundamentales en la Cábala. La dificultad radica en la transición entre lo concreto y lo trascendental. De Maljut (manifestación terrenal) a Kéter (esencia divina), requiere trascender la ilusión de separación y elevar la conciencia hacia la conexión con lo sagrado. En sentido inverso, de Kéter a Maljut, implica encarnar la divinidad en acciones cotidianas. Ambos trayectos exigen equilibrio entre lo espiritual y lo terrenal, superando limitaciones del ego y manteniendo una conexión consciente con la esencia divina en medio de la realidad material.

Después de haber analizado el camino de lo materia a lo divino explicare, como realice el recorrido del árbol de la vida de Kéter a Maljut (Kav).

Camino del Rayo (Kav)

Árbol de la vida
Etz Jaim (עץ חיים)

Kéter 1
Biná 3
Jojmá 2
Da'at
Gevurá 5
Jésed 4
Tiféret 6
Hod 8
Netsaj 7
Yesod 9
Maljut 10

Aleph (א): 11.
Bet (ב): 12.
Gimel (ג): 13.
Dalet (ד): 14.
Hei (ה): 15.
Vav (ו): 16.
Zayin (ז): 17.
Chet (ח): 18.
Tet (ט): 19.
Yod (י): 20.
Kaf (כ): 21.
Lamed (ל): 22.
Mem (מ): 23.
Nun (נ): 24.
Samekh (ס): 25.
Ayin (ע): 26.
Pe (פ): 27.
Tsadi (צ): 28.
Qof (ק): 29.
Resh (ר): 30.
Shin (ש): 31.
Tav (ת): 32.

Total del recorrido=0

Kéter es el punto de partida, sin haber recorrido arista alguna, con un valor total de 0. En este caso, las aristas disponibles tienen valores 11, 12 y 13. Para la elección, optamos por la de menor valor, que es 11, conduciéndonos hacia nuestro próximo vértice, Jojmá. Para pasar de Kéter a Jojmá, se requiere un profundo autoexamen espiritual, la conexión con lo divino y la búsqueda de la sabiduría interior. La transición implica dejar atrás la limitación egocéntrica (Kéter) para acceder a la comprensión más elevada (Jojmá), mediante la apertura a la intuición, el conocimiento y la conexión con la esencia cósmica. Este proceso implica humildad, reflexión y una transformación interior hacia la percepción espiritual y la sabiduría superior. Se requiere una profunda introspección, desprendimiento del ego y conexión con la espiritualidad. Este proceso implica abrirse a la intuición y superar

limitaciones mentales para alcanzar una comprensión más elevada. La humildad, la búsqueda interior y la disposición a recibir la sabiduría cósmica son fundamentales. La transición implica trascender la conciencia limitada para abrazar una perspectiva más amplia y conectada con la esencia divina.

Árbol de la vida
Etz Jaim (עץ חיים)

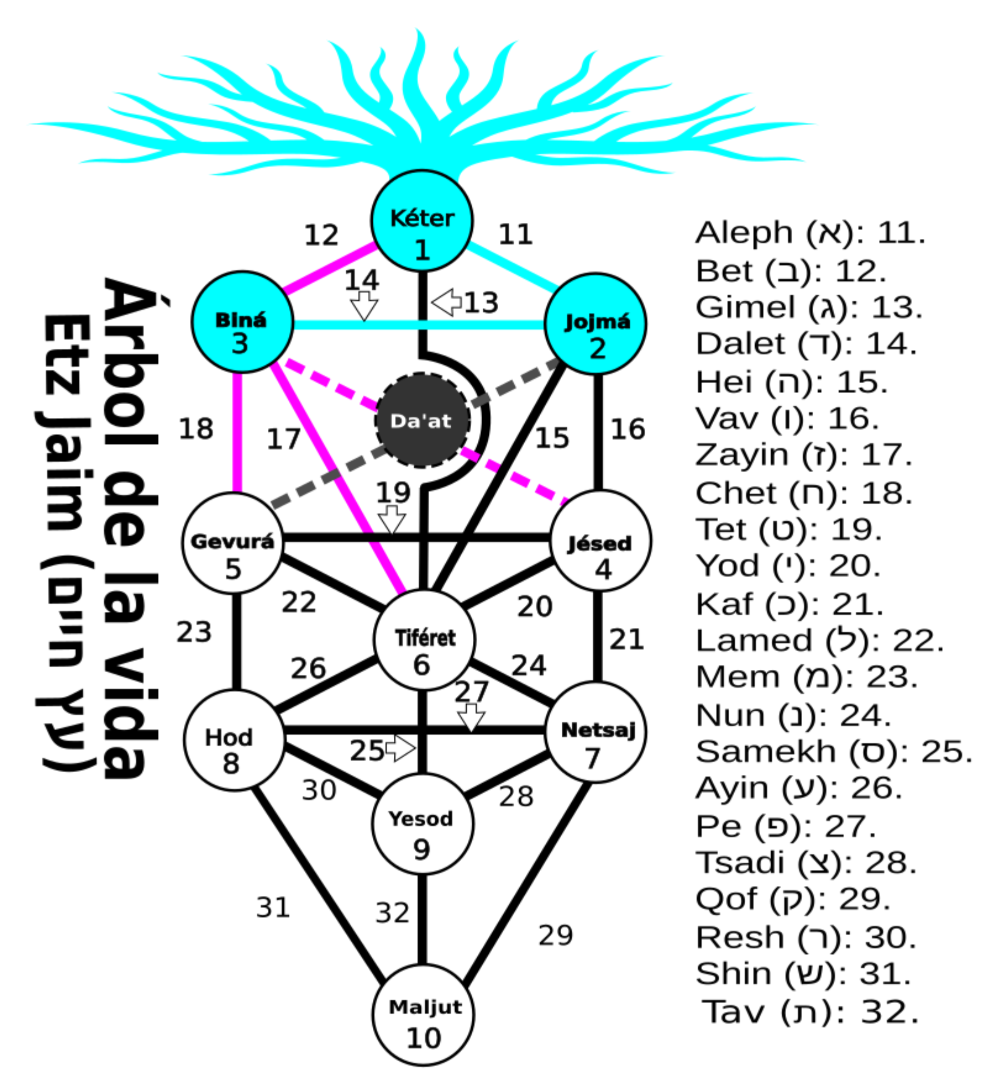
Kéter 1, Jojmá 2, Biná 3, Jésed 4, Gevurá 5, Tiféret 6, Netsaj 7, Hod 8, Yesod 9, Maljut 10, Da'at

Aleph (א): 11.
Bet (ב): 12.
Gimel (ג): 13.
Dalet (ד): 14.
Hei (ה): 15.
Vav (ו): 16.
Zayin (ז): 17.
Chet (ח): 18.
Tet (ט): 19.
Yod (י): 20.
Kaf (כ): 21.
Lamed (ל): 22.
Mem (מ): 23.
Nun (נ): 24.
Samekh (ס): 25.
Ayin (ע): 26.
Pe (פ): 27.
Tsadi (צ): 28.
Qof (ק): 29.
Resh (ר): 30.
Shin (ש): 31.
Tav (ת): 32.

Total del recorrido=11

Jojmá se convierte en nuestro segundo vértice después de recorrer 1 arista, que suma un valor total de 11 en nuestro recorrido. Aquí, las opciones son 0, 11, 14, 15 y 16. Descartamos 11 por llevarnos de regreso, y no elegimos 0 ya que debemos pasar por Biná antes de Da'at. Restan 14, 15 y 16, y optamos por la de menor valor, 14, conduciéndonos hacia Biná.

Para evolucionar de Jojmá a Biná en la Cábala, es esencial cultivar la paciencia y la reflexión profunda. Requiere integrar la sabiduría (Jojmá) con comprensión práctica y discernimiento. La transición implica analizar y estructurar el conocimiento adquirido, transformándolo en sabiduría aplicable. Desarrollar la capacidad de discernir, sintetizar y aplicar información es crucial. Biná representa la madurez intelectual y emocional, alcanzada mediante la asimilación y la aplicación práctica de la sabiduría adquirida.



Biná, nuestro tercer vértice, después de recorrer 2 aristas, acumula un valor total de 25 en las aristas recorridas. Las opciones incluyen 0, 12, 14, 17 y 18. Descartamos 12 por llevarnos de regreso, y entre 0, 14, 15 y 16, elegimos la de menor valor, que es 0. Esto nos lleva a Jésed, ya que podemos utilizar el puente de Da'at para llegar a este punto. Para avanzar de Biná a Da'at en la Cábala, se requiere la integración consciente y profunda de la sabiduría y el conocimiento. Este proceso implica ir más allá de la comprensión intelectual hacia una



conexión interior significativa. Se necesita un equilibrio entre la mente y el corazón, integrando la sabiduría adquirida con la experiencia emocional. La humildad y la apertura espiritual son fundamentales para fusionar la comprensión intelectual (Biná) con una percepción más profunda y unificada (Da'at), creando así una sabiduría completa y transformadora. Para evolucionar de Da'at a Jésed en la Cábala, se requiere trascender la pura comprensión intelectual hacia la aplicación compasiva del conocimiento. La transición implica llevar la sabiduría interior (Da'at) a acciones benevolentes y generosas (Jésed). Se necesita un corazón abierto, empatía y disposición para actuar con amor y bondad hacia otros. Integrar la percepción profunda con acciones compasivas es esencial para pasar de la sabiduría interior a la manifestación activa de la benevolencia, nutriendo así el crecimiento espiritual y la conexión con el prójimo.



Árbol de la vida
Etz Jaim (עץ חיים)

Kéter 1, Jojmá 2, Biná 3, Jésed 4, Gevurá 5, Tiféret 6, Netsaj 7, Hod 8, Yesod 9, Maljut 10, Da'at

Aleph (א): 11.
Bet (ב): 12.
Gimel (ג): 13.
Dalet (ד): 14.
Hei (ה): 15.
Vav (ו): 16.
Zayin (ז): 17.
Chet (ח): 18.
Tet (ט): 19.
Yod (י): 20.
Kaf (כ): 21.
Lamed (ל): 22.
Mem (מ): 23.
Nun (נ): 24.
Samekh (ס): 25.
Ayin (ע): 26.
Pe (פ): 27.
Tsadi (צ): 28.
Qof (ק): 29.
Resh (ר): 30.
Shin (ש): 31.
Tav (ת): 32.

Total del recorrido=25

Jésed se erige como nuestro cuarto vértice después de recorrer 4 aristas, con un valor total de 25 en las aristas recorridas. Ahora, las opciones son 0, 16, 19, 20 y 21. Descartamos 0 y 16 por llevarnos de regreso. Habíamos elegido 19 anteriormente así que la descartamos, así que ahora evaluamos entre 20 y 21, optando por la de menor valor, 19, y avanzamos hacia Gevurá.

Para transitar de Jésed a Gevurá en la Cábala, se requiere equilibrar la generosidad con la disciplina y la restricción. Es un proceso de canalizar la benevolencia (Jésed) hacia límites saludables y establecer estructuras sólidas. Se necesita fortaleza emocional para aplicar discernimiento y establecer límites con compasión. La transición implica cultivar la fuerza



interior y la autorregulación, transformando la generosidad en un acto equilibrado y justo. Integrar la benevolencia con la disciplina es esencial para alcanzar un equilibrio armonioso entre la compasión y la fuerza en la búsqueda del crecimiento espiritual.

Árbol de la vida
Etz Jaim (עץ חיים)

Kéter 1, Jojmá 2, Biná 3, Jésed 4, Gevurá 5, Tiféret 6, Netsaj 7, Hod 8, Yesod 9, Maljut 10, Da'at

Aleph (א): 11.
Bet (ב): 12.
Gimel (ג): 13.
Dalet (ד): 14.
Hei (ה): 15.
Vav (ו): 16.
Zayin (ז): 17.
Chet (ח): 18.
Tet (ט): 19.
Yod (י): 20.
Kaf (כ): 21.
Lamed (ל): 22.
Mem (מ): 23.
Nun (נ): 24.
Samekh (ס): 25.
Ayin (ע): 26.
Pe (פ): 27.
Tsadi (צ): 28.
Qof (ק): 29.
Resh (ר): 30.
Shin (ש): 31.
Tav (ת): 32.

Total del recorrido=44

Gevurá se convierte en nuestro quinto vértice tras recorrer 5 aristas, sumando un valor total de 44 en las aristas recorridas. Las opciones incluyen 0, 18, 19, 22 y 23. Descartamos 0 y 18 por llevarnos de regreso, y 19 ya la habíamos seleccionado anteriormente. Restan 22 y 23, eligiendo la de menor valor, 22, y avanzamos hacia Tiféret.

Para avanzar de Gevurá a Tiféret en la Cábala, se requiere integrar la disciplina con la compasión, logrando un equilibrio armónico. Es crucial transformar la fuerza restrictiva en acciones amorosas y balanceadas. Se necesita cultivar la empatía y la armonía interior, permitiendo que la rigidez ceda ante la belleza equilibrada de Tiféret. La transición implica fusionar la contención con la generosidad, creando una expresión auténtica y armoniosa. Integrar la disciplina con la compasión es esencial para alcanzar un estado de equilibrio y belleza que refleje la síntesis espiritual en la vida diaria.

Árbol de la vida
Etz Jaim (עץ חיים)

Kéter 1, Jojmá 2, Biná 3, Da'at, Jésed 4, Gevurá 5, Tiféret 6, Netsaj 7, Hod 8, Yesod 9, Maljut 10

Aleph (א): 11.
Bet (ב): 12.
Gimel (ג): 13.
Dalet (ד): 14.
Hei (ה): 15.
Vav (ו): 16.
Zayin (ז): 17.
Chet (ח): 18.
Tet (ט): 19.
Yod (י): 20.
Kaf (כ): 21.
Lamed (ל): 22.
Mem (מ): 23.
Nun (נ): 24.
Samekh (ס): 25.
Ayin (ע): 26.
Pe (פ): 27.
Tsadi (צ): 28.
Qof (ק): 29.
Resh (ר): 30.
Shin (ש): 31.
Tav (ת): 32.

Total del recorrido=66

Tiféret se convierte en nuestro sexto vértice tras recorrer 6 aristas, con un valor total de 66 en las aristas recorridas. Las opciones ahora son 13, 15, 17, 20, 22, 24 y 25. Descartamos 13,

15, 17, 20 y 22 por llevarnos de regreso, y además 22 ya la habíamos elegido antes. Ahora, evaluamos y solo queda 24, y avanzamos hacia Netsaj.

Para avanzar de Tiféret a Netsaj en la Cábala, se requiere traducir la armonía interna en acciones persistentes y determinadas. Es esencial canalizar la belleza equilibrada de Tiféret hacia metas tangibles con perseverancia. Se necesita mantener el equilibrio mientras se busca con determinación objetivos auténticos. La transición implica fusionar la armonía con la voluntad, generando una energía sostenida. Integrar la belleza interior con la acción persistente es clave para pasar de la síntesis equilibrada a la realización activa, conectando así la espiritualidad con la materialidad en la jornada de vida.

Árbol de la vida
Etz Jaim (עץ חיים)

Aleph (א): 11.
Bet (ב): 12.
Gimel (ג): 13.
Dalet (ד): 14.
Hei (ה): 15.
Vav (ו): 16.
Zayin (ז): 17.
Chet (ח): 18.
Tet (ט): 19.
Yod (י): 20.
Kaf (כ): 21.
Lamed (ל): 22.
Mem (מ): 23.
Nun (נ): 24.
Samekh (ס): 25.
Ayin (ע): 26.
Pe (פ): 27.
Tsadi (צ): 28.
Qof (ק): 29.
Resh (ר): 30.
Shin (ש): 31.
Tav (ת): 32.

Total del recorrido=90

Netsaj se erige como nuestro séptimo vértice después de recorrer 7 aristas, acumulando un valor total de 90 en las aristas recorridas. Las opciones son 21, 24, 27, 28 y 29. Descartamos 21 por llevarnos de regreso y 24 ya la habíamos seleccionado. Restan 27, 28 y 29, eligiendo la de menor valor, 27, y avanzamos hacia Hod. Para avanzar de Netsaj a Hod en la Cábala, se necesita equilibrar la persistencia con la humildad y la receptividad. Es esencial reconocer que la determinación sin flexibilidad puede ser limitante. Se requiere cultivar la capacidad de escuchar y aprender, permitiendo que la energía activa de Netsaj se combine con la receptividad de Hod. La transición implica integrar la voluntad con la comprensión, equilibrando la acción persistente con la reflexión humilde. Integrar estos aspectos opuestos es esencial para avanzar hacia una expresión más completa y armoniosa en el viaje espiritual.



Árbol de la vida
Etz Jaim (עץ חיים)

Kéter 1
Jojmá 2
Biná 3
Da'at
Jésed 4
Gevurá 5
Tiféret 6
Netsaj 7
Hod 8
Yesod 9
Maljut 10

Aleph (א): 11.
Bet (ב): 12.
Gimel (ג): 13.
Dalet (ד): 14.
Hei (ה): 15.
Vav (ו): 16.
Zayin (ז): 17.
Chet (ח): 18.
Tet (ט): 19.
Yod (י): 20.
Kaf (כ): 21.
Lamed (ל): 22.
Mem (מ): 23.
Nun (נ): 24.
Samekh (ס): 25.
Ayin (ע): 26.
Pe (פ): 27.
Tsadi (צ): 28.
Qof (ק): 29.
Resh (ר): 30.
Shin (ש): 31.
Tav (ת): 32.

Total del recorrido=117

Hod se convierte en nuestro octavo vértice después de recorrer 8 aristas, sumando un valor total de 117 en las aristas recorridas. Las opciones incluyen 23, 26, 27, 30 y 31. Descartamos 23 y 26 por llevarnos de regreso, y 27 ya la habíamos seleccionado anteriormente. Restan 30 y 31, eligiendo la de menor valor, 30, y avanzamos hacia Yesod.

Para avanzar de Hod a Yesod en la Cábala, se requiere transformar la humildad y la receptividad en una base firme para la acción creativa. Es esencial integrar la comprensión reflexiva de Hod con la capacidad de aplicar conocimientos de manera práctica y constructiva en Yesod. La transición implica conectar la humildad con la acción creativa, construyendo sobre una base sólida de comprensión. Equilibrar la reflexión con la

aplicación práctica es clave para avanzar hacia una expresión más completa y efectiva en el camino espiritual y en la manifestación de la realidad.

Árbol de la vida
Etz Jaim (עץ חיים)

Kéter 1
Jojmá 2
Biná 3
Da'at
Jésed 4
Gevurá 5
Tiféret 6
Netsaj 7
Hod 8
Yesod 9
Maljut 10

11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32

Aleph (א): 11.
Bet (ב): 12.
Gimel (ג): 13.
Dalet (ד): 14.
Hei (ה): 15.
Vav (ו): 16.
Zayin (ז): 17.
Chet (ח): 18.
Tet (ט): 19.
Yod (י): 20.
Kaf (כ): 21.
Lamed (ל): 22.
Mem (מ): 23.
Nun (נ): 24.
Samekh (ס): 25.
Ayin (ע): 26.
Pe (פ): 27.
Tsadi (צ): 28.
Qof (ק): 29.
Resh (ר): 30.
Shin (ש): 31.
Tav (ת): 32.

Total del recorrido=147

Yesod se convierte en nuestro noveno vértice después de recorrer 9 aristas, con un valor total de 147 en las aristas recorridas. Ahora, las opciones son 25, 28, 30 y 32. Descartamos 25, 28 y 30 por llevarnos de regreso. Ya habíamos elegido 30 antes, así solo nos queda 32, y avanzamos hacia Maljut.

Para avanzar de Yesod a Maljut, se requiere materializar la creatividad y los conocimientos prácticos en la realidad tangible. Es esencial aplicar las ideas y la inspiración de Yesod de



manera concreta y efectiva en la vida cotidiana. La transición implica manifestar la visión en acciones tangibles, estableciendo así una conexión más sólida entre la espiritualidad y la realidad. Integrar la creatividad con la materialización es clave para avanzar hacia la plenitud y la expresión completa de la divinidad en la vida diaria y en la concreción de metas terrenales.

Árbol de la vida
Etz Jaim (עץ חיים)

Aleph (א): 11.
Bet (ב): 12.
Gimel (ג): 13.
Dalet (ד): 14.
Hei (ה): 15.
Vav (ו): 16.
Zayin (ז): 17.
Chet (ח): 18.
Tet (ט): 19.
Yod (י): 20.
Kaf (כ): 21.
Lamed (ל): 22.
Mem (מ): 23.
Nun (נ): 24.
Samekh (ס): 25.
Ayin (ע): 26.
Pe (פ): 27.
Tsadi (צ): 28.
Qof (ק): 29.
Resh (ר): 30.
Shin (ש): 31.
Tav (ת): 32.

Total del recorrido=179

Maljut es nuestro décimo vértice después de recorrer 10 aristas, y el valor total de las aristas recorridas es 179. Con esto, concluye el algoritmo.



Para transitar de Kéter a Maljut, se requiere descender de la esencia divina a la manifestación terrenal, incorporando principios espirituales en la realidad cotidiana. Esto implica traducir la conexión con la divinidad (Kéter) en acciones concretas y benevolentes (Maljut). La transición demanda vivir con propósito, aplicando la sabiduría espiritual en cada acto y decisión. Integrar lo trascendental con lo terrenal y cotidiano, es esencial para manifestar la plenitud de la divinidad en la vida diaria y nutrir la conexión entre el reino espiritual y la existencia terrenal.

Análisis de las Sephiroth como Grafo

Al considerar el Árbol de la Vida como un grafo y asignar valores a las aristas, podemos explorar interpretaciones. Aquí hay una posible explicación desde una perspectiva mística:

1. **Árbol de la Vida como Grafo:**
    - **Vértices y Aristas:** Los vértices o nodos son las Sefiroth, las esferas en el Árbol de la Vida, mientras que las aristas simbolizarían las conexiones o senderos entre estas esferas (aristas).
2. **Asignación de Valor a las Aristas:**
    - **De Kéter a Maljut (menor valor):** Cuando te desplazas de Kéter a Maljut seleccionando las aristas con menor valor, porque estas siguiendo un camino descendente que enfatiza la manifestación y la influencia divina en el plano material. Aquí, optamos por las rutas más sutiles y menos influidas por la espiritualidad. Un ejemplo es cuando queremos materializar una idea.
    - **De Maljut a Kéter (mayor valor):** Al viajar de Maljut a Kéter y elegir las aristas de mayor valor, estamos siguiendo un camino ascendente que destaca la espiritualidad y la conexión con lo divino. Estás priorizando las rutas más poderosas o significativas en la expresión hacia el mundo espiritual.
3. **Significado del Valor de las Aristas:**
    - **Frecuencia o Intensidad Espiritual:** El "valor" de las aristas podría interpretarse como la frecuencia o intensidad espiritual de la conexión entre los Sefiroth. Las aristas con mayor valor podrían representar caminos más potentes y significativos, mientras que las de menor valor podrían indicar rutas más sutiles y menos pronunciadas.
4. **Resultado Similar en Ambos Sentidos:**
    - **Armonía y Equilibrio:** El hecho de que ambos enfoques (mayor valor de Kéter a Maljut, menor valor de Maljut a Kéter) conduzcan al mismo resultado podría sugerir un equilibrio armónico en la espiritualidad. Puede reflejar la idea de que, a pesar de las diferencias en las direcciones y enfoques, todo converge en una unidad cósmica y equilibrada.



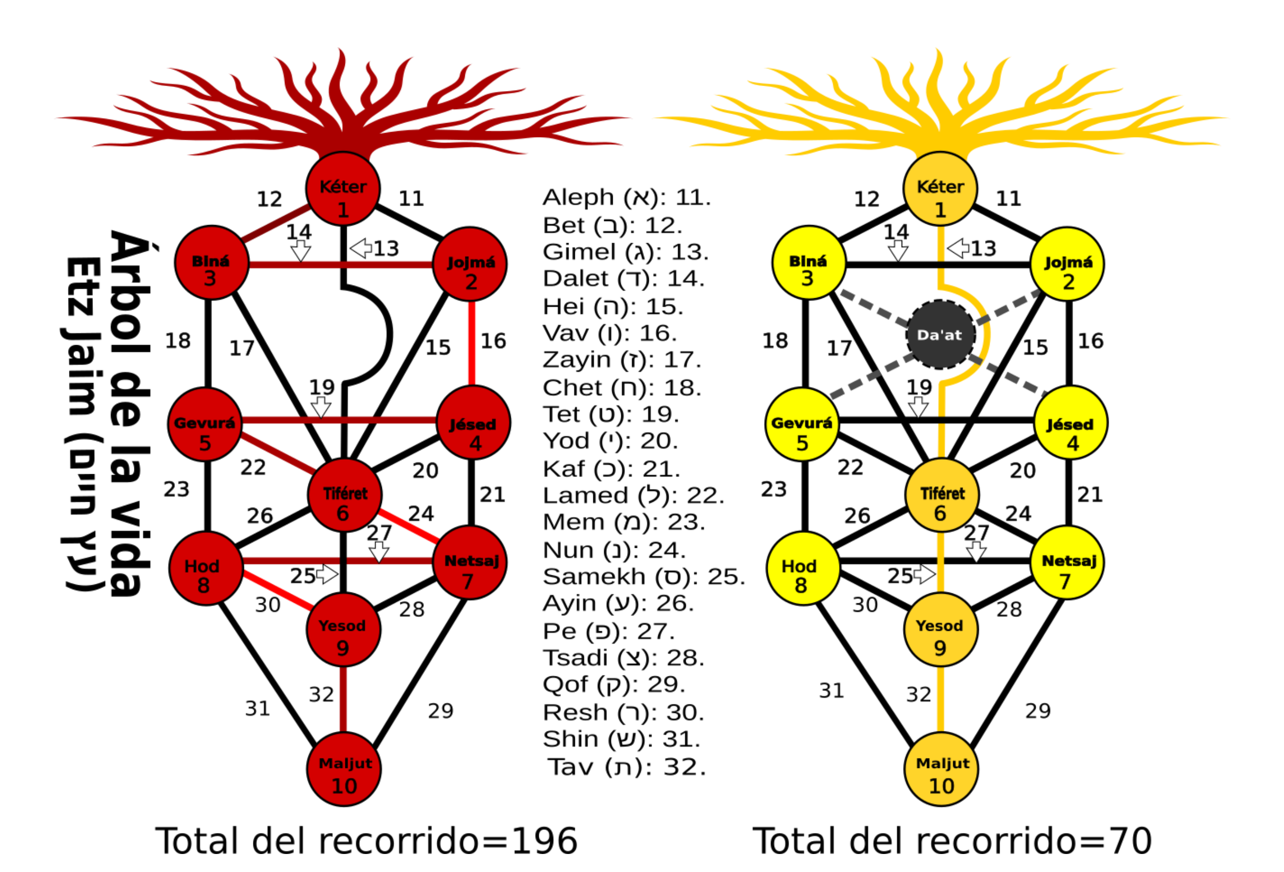
Puntos clave del Árbol de la vida:

Aquí hay algunos puntos clave:

1. **Cambios en las Definiciones de la Cábala:** Se destaca la complejidad de explicar la cábala debido a sus múltiples aristas, y se menciona que las definiciones cambian según los ángulos desde los cuales se realiza el análisis.
2. **Tres Perspectivas del Árbol de la Vida:** El Árbol de la Vida se puede ver desde tres perspectivas: la subjetiva (en el alma individual), la cosmogónica (vinculada a la formación de universos) y desde el universo superior.
3. **La Realidad según la Cábala:** Se percibe de manera diferente según el nivel de autocontracción de energía en el que se encuentra la entidad. Se destaca que la realidad es única, pero las autocontracciones la distorsionan, generando percepciones diferentes en las personas.
4. **Problemas en la Explicación de la Cábala:** Se menciona la dificultad de explicar términos técnicos de la cábala, ya que tiende a generalizarse mucho, y la comprensión profunda requiere cursos específicos.
5. **Definición de Realidad en la Cábala:** La realidad, desde la perspectiva de la cábala, se define como el infinito de energía con sus infinitos niveles de autocontracción, y cada entidad percibe la realidad según su nivel de autocontracción.
6. **Función de los 22 Senderos o Canales:** Se explora la función de los 22 canales como flujos de información y uniones entre dimensiones. Estos canales representan dinámicas y flujos constantes de energía que afectan la percepción de la realidad.
7. **Importancia de las Preguntas y Dinámica:** La información se impulsa a través de preguntas en lugar de respuestas, y la dinámica de los canales (rutas) requiere estar en constante movimiento y cambio para evitar bloqueos y estancamientos.
8. **Conciencia y Unión en la Cábala:** Se menciona que la conciencia en la cábala se relaciona con la unión, y se destaca que el "satán" u oponente se refiere a la división maligna, mientras que la unión es un trabajo positivo de conciencia.
9. **Estructura Universal:** Todos nacemos con la misma estructura de las 10 dimensiones y los 22 canales, pero algunos pueden tener problemas en ciertos canales. Hay que enfatizar que todos deben trabajar en curar y desarrollar estos aspectos.

Cada letra hebrea, con su forma y valor numérico, refleja un aspecto específico de la realidad y tiene una conexión con ciertas energías. Al estudiar y comprender estas letras en el contexto de los senderos, se puede obtener una visión más profunda de cómo interactúan estas energías en el proceso de vida y crecimiento interior.





En el grafo de color rojo en esta página aplica el mismo algoritmo pero da valores diferentes en ese caso de Maljut a Kéter solo te presentare este ejemplo, aquí se observa que tomamos las rutas con mayor nivel de espiritualidad, pero entre mayor sea el resultado podríamos inferir que a falta de la sefira Da'at el camino es más difícil y requiere un nivel de espiritualidad en nosotros, al no existir Da'at se requiere de que sea mayor el trabajo para conseguir llegar hasta Kéter. Inclusive el algoritmo de Kav sin Da'at nos da otro resultado. Es posible encontrar otras rutas diferentes con el grafo del árbol la vida incluso el valor sea diferente. Te reto a que investigues otros caminos sin Da'at, como ejercicio. Los caminos de Kav, y Najushtan son los más optimizados, y de la flecha también.

En el grafo de color amarillo en esta página es el camino de la flecha, el cual nos da como resultado 70, este es un nivel muy avanzado ya que tienes que equilibrar completamente cada una de las Sephiroth y es muy difícil de mantener ese estado, se necesita mayor disciplina para mantener el estado metal en esas dimensiones de manera equilibrada, esto solo puede ocurrir si dominas todas las conexiones del árbol de la vida en consecuencia las demás se equilibraran por si solas, implica experimentar con las acciones necesarias para equilibrar todas la Sephiroth y de esa manera, podrás ascender y descender de manera fácil y rápida pero requiere un domino total de todo el árbol.

Como podemos observamos el camino de la flecha es más fácil (aparentemente) que los caminos de la serpiente y del rayo, ya que abarcan lo más esencial del significado del árbol de la vida. En el caso del recorrido de la flecha de color amarillo nos da 70 que dividido

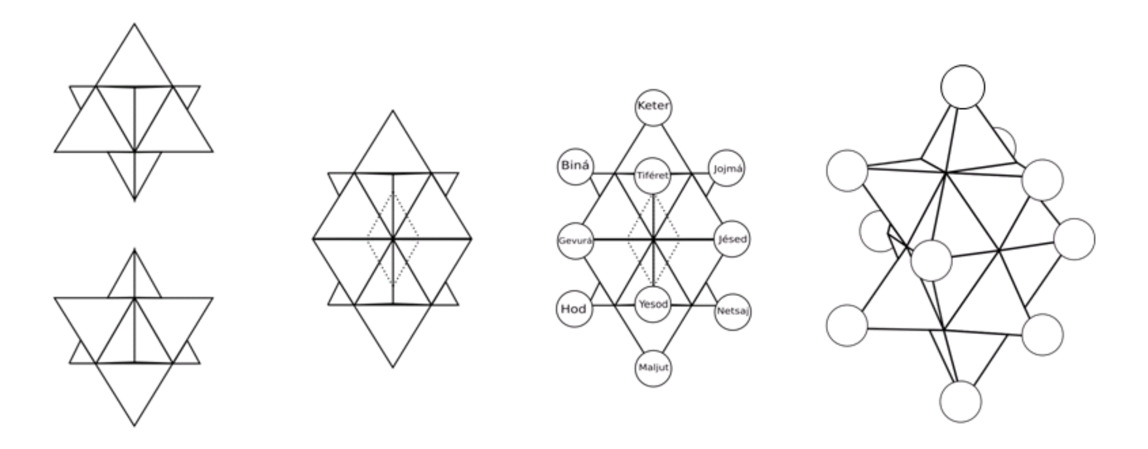


entre 10 da 7 y la suma de todas las aristas suma 473 dividido entre 43 nos da 11, estos números obtenidos tiene un valor cabalístico.

En la Cábala, cada número puede ser interpretado de manera simbólica y atribuirse a significados específicos. Sin embargo, es fundamental recordar que las interpretaciones varían según las tradiciones y escuelas cabalísticas. Además, el significado de un número puede depender del contexto en el que se use. A continuación, te proporcionaré interpretaciones generales de cada uno de los números que se mencionaron:

A. **473:** La interpretación cabalística de este número puede depender de cómo se desglose y combine sus dígitos. Cada dígito individual podría tener un significado, y la combinación podría tener una interpretación adicional.
B. **70:** En la Cábala, el número 70 puede relacionarse con la idea de completitud o perfección. Cabe mencionar que hay diferentes formas de interpretar este número.
C. **10:** El número 10 es considerado un número completo en la Cábala. Puede simbolizar la totalidad y la perfección. Además, en la Cábala judía, hay diez Sefiroth, que son aspectos de la manifestación divina.
D. **11:** El número 11 puede representar la transcendencia y la superación de los límites terrenales. También puede ser visto como la conexión entre lo finito y lo infinito.
E. **43:** Al igual que con el número 473, la interpretación cabalística de 43 podría depender de cómo se desglosen y combinen sus dígitos. Cada número individual podría tener significados específicos.
F. **7:** El número 7 es considerado un número sagrado en muchas tradiciones, incluida la Cábala. Se asocia a menudo con la perfección, la creación y la divinidad. En la Cábala, hay siete Sefiroth que representan aspectos de la divinidad.

Es importante tener en cuenta que estas interpretaciones son generales y simplificadas. Si tú buscas una interpretación más específica y detallada, podrías explorar textos cabalísticos o consultar con un experto en Cábala. Además, ten presente que la Cábala tiene diversas ramas y enfoques, y las interpretaciones pueden variar entre ellas.



Merkaba y el árbol de la vida (Mundo Desconocido, 2015)

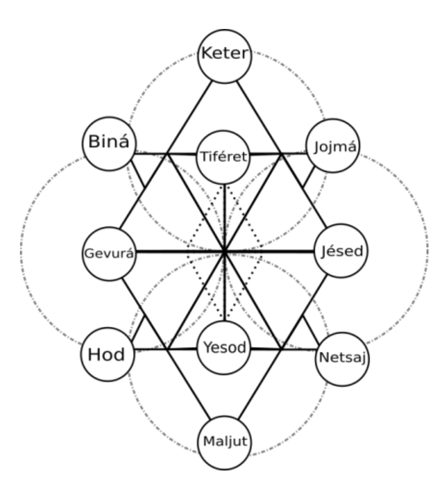


Otra propiedad del árbol de la vida (**Etz Jaim**), es que aunque regularmente la presentamos bidimensionalmente, es un figura de 3 Dimensiones, si tomamos la figura de la merkaba y unimos por la base de uno de sus tetraedros con otra al revés, como se observa en la imagen anterior forma una figura que encaja con las 10 Sephiroth, no colocamos Da'at ya que debe está oculto detrás de las demás Sefiroth.

Recordemos que la Merkaba es una figura geométrica tridimensional que se forma al unir dos tetraedros (pirámides de base triangular) en direcciones opuestas. El término "Merkaba" proviene del hebreo y significa "carro" o "vehículo". En algunas tradiciones, se cree que es un vehículo espiritual que puede llevar el alma a través de diferentes dimensiones.

La Merkaba también se asocia con la idea de protección y activación del campo energético humano. Se cree que meditar sobre la Merkaba puede ayudar en la expansión de la conciencia y la conexión con dimensiones superiores.

En la siguiente figura vemos el Árbol de la vida unido por dos merkaba que además encajan perfectamente con el símbolo de la flor de la vida, si la rotáramos crearía una flor de la vida tridimencional:



Es un patrón geométrico que consiste en múltiples círculos superpuestos y entrelazados de manera que forman una flor con forma de hexágono en su centro. Este patrón se ha encontrado en antiguos sitios arqueológicos y ha sido utilizado en diversas culturas alrededor del mundo.
La Flor de la Vida se asocia con simbolismos espirituales y místicos. Algunas creencias sugieren que contiene la clave de la creación del universo y que representa la interconexión de toda la vida.

La Merkaba, la Flor de la Vida y el Árbol de la Vida son conceptos relacionados en el ámbito de las tradiciones espirituales, místicas y simbólicas, aunque provienen de distintas culturas y contextos. Aquí hay algunos puntos en común entre estos conceptos:

1. **Geometría Sagrada:**
    - Todos estos conceptos involucran patrones geométricos que se consideran sagrados. La Flor de la Vida es un patrón circular entrelazado, la Merkaba implica formas geométricas tridimensionales, y el Árbol de la Vida es una representación simbólica con conexiones y estructuras específicas.
2. **Simbolismo:**
    - Cada uno de estos símbolos lleva consigo un significado espiritual. Se asocian con ideas de creación, conexión cósmica, expansión de la conciencia y espiritualidad.
3. **Uso en Prácticas Místicas:**
    - Estos símbolos han sido utilizados en prácticas místicas y espirituales. La Flor de la Vida y la Merkaba, en particular, han sido empleadas en meditaciones y visualizaciones para propósitos de elevación espiritual y conexión con dimensiones superiores.
4. **Raíces en Diversas Culturas:**
    - La Flor de la Vida y la Merkaba tienen raíces en diversas culturas y tradiciones, aunque su popularidad ha aumentado en la espiritualidad moderna. Por ejemplo, la Merkaba tiene conexiones con antiguas enseñanzas esotéricas judías y la Flor de la Vida se ha encontrado en varios lugares alrededor del mundo, incluidos Egipto y Mesopotamia.
5. **Representación de la Creación y Conexión Universal:**
    - Estos símbolos a menudo se asocian con la creación y la conexión universal. La Flor de la Vida, por ejemplo, se considera un símbolo que contiene la geometría de la creación del universo. La Merkaba se ve como un vehículo que puede conectar a una persona con dimensiones más elevadas. El Árbol de la Vida, por otro lado, representa la estructura de la creación y la conexión entre las fuerzas divinas.

A pesar de estas similitudes, es importante destacar que cada uno de estos conceptos tiene su propio conjunto de significados específicos según la cultura y la tradición espiritual de la que provienen.



Expectativas

¿Qué hemos aprendido del análisis matemático anterior de los grafos? Puede que para ti sea distinta la percepción, te invito a que hagas tu propia interpretación, por lo que te explicare lo que yo aprendí. El árbol sefirótico me enseño como abordar nuestro autoconocimiento adquiriendo valores positivos con acciones como la el uso de la sabiduría y el conocimiento, entendimiento, reducción del ego, compasión, la justicia y la importancia de la fe. Son elementos que reflejan las expectativas que D-os podría tener de nosotros, según lo cual está implícito en cada una de las Sefiroth y sus caminos.

En primer lugar, el acto de compasión es evidente en toda esta narrativa. Se resalta lo importante que es cuidar y apoyar a aquellos que están pasando por momentos difíciles. Este acto de compasión refleja una expectativa divina de que seamos compasivos y solidarios con nuestros semejantes, extendiendo una mano amiga cuando sea necesario.

Asimismo, la importancia de la justicia se destaca cuando se aborda la cuestión de la venganza. Aunque exista el deseo de buscar justicia por sus propias manos, se entiende que la justicia pertenece a D-os. Esta lección resalta la idea de confiar en la justicia divina y no sucumbir al deseo de retaliación. D-os espera que confiemos en su plan, todo es para bien (como diría Rav Akiba).

Además, se refleja la importancia de mantener la fe y la inocencia de un niño. A veces los adultos necesitan la fe de los niños, esto refleja que D-os desea que mantengamos una fe fuerte y sencilla en Él, incluso en medio de las complejidades de la vida. La inocencia de los

niños representa la pureza de corazón que D-os, esto podría quiere decir que preservemos las cosas positivas, en nuestra relación con Él y con los demás.

Hemos explorado también en temas anteriores la importancia de la oración y la bendición, esto lo podemos hacer antes de compartir la comida por ejemplo, esto nos ayuda a tener una mejor conexión con la espiritualidad y la gratitud hacia D-os. Al reconocer a D-os como el dador de todo lo bueno, se refuerza la idea de que D-os espera que reconozcamos y agradezcamos Sus bendiciones. Esto implica una actitud de humildad y agradecimiento, reconociendo que todo lo que tenemos proviene de la gracia divina.

La enseñanza sobre el perdón y la comprensión es fundamental, existe una expectativa divina de que los seres humanos cultivemos relaciones basadas en la misericordia y la reconciliación. D-os podría esperar que sigamos Su ejemplo, mostrando amor y perdón incluso cuando enfrentamos dificultades. Esto se refuerza con la enseñanza del perdón y el amor al prójimo, fundamentales en la fe.

Dios nos comparte su propósito de ayudar a aquellos que han sufrido, nos revela un sentido de llamado divino (como el Or Ein Sof (Luz divina)). La Cabalá nos enseña que D-os espera que también tengamos un propósito más allá de nuestras ocupaciones diarias, buscando activamente hacer el bien y brindar esperanza a los necesitados.

Al analizar estos elementos, se puede inferir que D-os podría esperar que vivamos de acuerdo con estos principios. La compasión, la justicia, la fe inquebrantable y la búsqueda de un propósito más elevado emergen como expectativas divinas que se reflejan en la interacción entre nosotros los seres humanos.

Sephiroth



Árbol de la vida
Etz Jaim (עץ חיים)

Kéter 1 · Jojmá 2 · Biná 3 · Jésed 4 · Gevurá 5 · Tiféret 6 · Netsaj 7 · Hod 8 · Yesod 9 · Maljut 10 · Da'at

Aleph (א): 11.
Bet (ב): 12.
Gimel (ג): 13.
Dalet (ד): 14.
Hei (ה): 15.
Vav (ו): 16.
Zayin (ז): 17.
Chet (ח): 18.
Tet (ט): 19.
Yod (י): 20.
Kaf (כ): 21.
Lamed (ל): 22.
Mem (מ): 23.
Nun (נ): 24.
Samekh (ס): 25.
Ayin (ע): 26.
Pe (פ): 27.
Tsadi (צ): 28.
Qof (ק): 29.
Resh (ר): 30.
Shin (ש): 31.
Tav (ת): 32.

Sephiroth (significado):

1. **Kéter:** Buscar la conexión con lo divino, meditar y reflexionar espiritualmente.
2. **Jojmá:** Desarrollar sabiduría mediante el aprendizaje y la comprensión profunda.
3. **Biná:** Discernir y entender conceptos a través de la reflexión y la análisis.
4. **Jésed:** Practicar actos de amor y bondad hacia otros de manera generosa.
5. **Gevurá:** Aplicar disciplina y control para fortalecer la fuerza interior.
6. **Tiféret:** Cultivar armonía, equilibrio y belleza en la vida diaria.
7. **Netsaj:** Afrontar desafíos con perseverancia y determinación.
8. **Hod:** Cultivar humildad y apreciar la belleza en el servicio y la dedicación.
9. **Yesod:** Construir una base sólida mediante la honestidad y la integridad.
10. **Maljut:** Manifestar la divinidad en acciones y actitudes cotidianas.
11. **Da'at:** Buscar conocimiento profundo y conexión espiritual consciente.

Aplicación de la teoría de Grafos

Conway, el creador del "Juego de la Vida", y Wolfram, el fundador de Wolfram Alpha, han contribuido significativamente al campo de la informática y la teoría de sistemas dinámicos. A través del "Juego de la Vida", Conway exploró las reglas simples que gobiernan la evolución de patrones en un sistema dinámico discreto, demostrando que desde reglas básicas pueden surgir comportamientos complejos e impredecibles.

Wolfram, por otro lado, expandió esta idea hacia su visión más amplia de un "nuevo tipo de ciencia". En su libro (NKC) propuso la idea de que el universo puede entenderse mejor desde una perspectiva computacional, describiendo fenómenos naturales y complejidad emergente mediante reglas simples y autómatas celulares.

Ambos enfoques comparten la noción de que desde la simplicidad de las reglas fundamentales, puede surgir una riqueza de comportamientos y complejidades, algo que ha influido en su trabajo en el campo de la informática y la teoría de sistemas. La idea de ver el universo como un sistema de reglas y patrones, en lugar de simplemente como entidades físicas, ha llevado a avances en la comprensión de la complejidad y la capacidad de modelar y simular fenómenos naturales.

Wolfram Alpha, desarrollado por Wolfram, es un testimonio tangible de esta filosofía. La plataforma utiliza algoritmos y conocimientos computacionales para responder preguntas y resolver problemas en diversos campos, desde matemáticas hasta ciencia y más allá. Su enfoque en la computación simbólica y la interpretación de datos permite a Wolfram Alpha abordar consultas complejas y proporcionar respuestas basadas en la comprensión profunda de los principios subyacentes.

Tanto Conway como Wolfram han influido significativamente en cómo comprendemos y abordamos la complejidad en sistemas dinámicos y la computación. Desde el "Juego de la Vida" hasta Wolfram Alpha, sus contribuciones han dado forma a un enfoque computacional y basado en reglas para entender el mundo que nos rodea. Con su proyecto Wolfram ha creado un nuevo paradigma científico y que ayuda a que la investigación siga avanzando.

En este contexto, el proyecto de Wolfram, conocido como "Proyecto NKS" (New Kind of Science), ha tomado un enfoque diferente y revolucionario para abordar el desafío de encontrar una teoría del todo. La base de su enfoque se centra en el estudio de los autómatas celulares y los hipergrafos, que son estructuras matemáticas simples pero capaces de generar una complejidad sorprendente.

Wolfram parte de la premisa de que las reglas fundamentales que gobiernan estos autómatas celulares y hipergrafos podrían ser la clave para comprender no solo la mecánica cuántica y la relatividad, sino también para unificarlas en una teoría coherente. Su trabajo con el autómata celular y la regla 110 en particular ha demostrado que incluso

desde patrones extremadamente simples pueden emerger fenómenos complejos y comportamientos computacionales universales.

Uno de los logros más destacados de Wolfram es la identificación de la regla 110 como universalmente computacional es decir: "esta regla presenta completitud de turing: cualquier proceso computacional puede replicarse / simularse acomodando las condiciones iniciales de esta regla de una manera estratégica". Esto significa que una regla tan simple como la que describe cómo evolucionan los patrones en un autómata celular puede, en teoría, realizar cualquier cálculo o computación. Esta revelación tiene implicaciones profundas, sugiriendo que la complejidad observada en el universo podría surgir de reglas fundamentales igualmente simples.

Además, Wolfram ha explorado la conexión entre sus descubrimientos y conceptos fundamentales en física teórica, como las teorías de la relatividad de Einstein y la mecánica cuántica. Sorprendentemente, ha encontrado que ciertos hipergrafos generados por reglas simples pueden describir fenómenos análogos a los principios fundamentales de estas teorías físicas bien establecidas.

El Proyecto NKS también ha abordado preguntas filosóficas profundas, como la naturaleza de la aleatoriedad y la interpretación subjetiva de la realidad. La idea de que la aleatoriedad es una ilusión y que la interpretación de nuestro universo puede variar entre observadores, dependiendo de cómo perciben y procesan la información, agrega una capa fascinante a la comprensión de la realidad.

El Proyecto NKS representa un enfoque innovador y disruptivo en la búsqueda de una teoría del todo. Al basarse en la simplicidad de reglas fundamentales y la generación de complejidad a partir de patrones simples, Wolfram ha provocado una reevaluación fundamental de cómo concebimos y abordamos los principios subyacentes de la realidad. Aunque aún estamos lejos de tener una teoría completa y unificada, el trabajo de Wolfram ofrece un camino prometedor hacia la comprensión de los misterios más profundos de nuestro universo, inclusive como percibimos el tiempo el cual es progreso de un grafo, una iteración en un algoritmo.

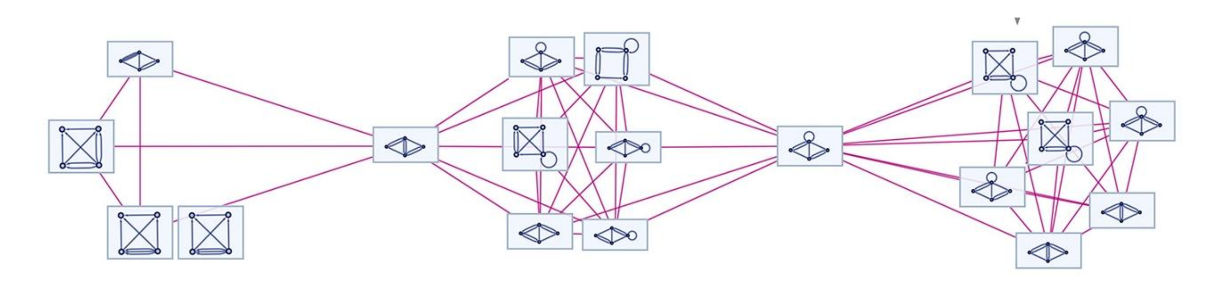
Básicamente la teoría de grafos de Wolfram no sugiere la posibilidad de viajar en el tiempo de la manera en que a menudo se representa en la ciencia ficción, con máquinas del tiempo y viajes instantáneos al pasado o al futuro. Lo que sugiere es que la realidad y el tiempo son emergentes de procesos fundamentales que ocurren a nivel de grafos (reglas simples, el tiempo es el cambio de un hipergrafo de un estado a otro).

Cuando se habla de viajar al futuro según la teoría de la relatividad de Einstein, se refiere a fenómenos como la dilatación del tiempo, que ocurre a velocidades cercanas a la velocidad de la luz o en campos gravitacionales intensos. Es decir, el tiempo pasa de manera diferente para un observador en movimiento rápido o en un campo gravitacional fuerte en comparación con un observador en reposo.



En cuanto al viaje al pasado, la teoría de Wolfram y otras teorías fundamentales de la física actual no sugieren que sea posible viajar al pasado de manera física. La flecha del tiempo, que indica que el tiempo fluye en una dirección específica (del pasado al futuro), es una característica fundamental de nuestro universo y aún no se ha encontrado evidencia que la contradiga.

Fuentes: (José-Elias & Math-Rocks, 2020) (compudanzas, 2022) (Wolfram, wolframscience, 2023)



Grafo branquial Las conexiones son entrelazamientos entre estados cuánticos, el grafo branquial define las superposiciones cuánticas (Wolfram, Wolfram Physics Project, s.f.).

Camino del Rayo

1) **De Kéter a Jojmá:** Medita sobre lo divino y busca aprender cosas nuevas para desarrollar sabiduría profunda.
2) **De Jojmá a Biná:** Reflexiona en lo aprendido, analiza conceptos y busca entenderlos más a fondo.
3) **De Biná a Da'at:** Discierne y reflexiona profunda y conscientemente para alcanzar un conocimiento profundo y conexión espiritual.
4) **De Da'at a Jésed:** Practica actos amorosos basados en tu profundo entendimiento y conexión espiritual.
5) **De Jésed a Gevurá:** Equilibra la generosidad con la disciplina, aplicando control y fortaleciendo tu fuerza interior.
6) **De Gevurá a Tiféret:** Aplica disciplina y control para cultivar armonía, equilibrio y belleza en tu vida diaria.
7) **De Tiféret a Netsaj:** Cultiva armonía y equilibrio al enfrentar desafíos con perseverancia y determinación.
8) **De Netsaj a Hod:** Persevera con humildad al enfrentar desafíos, apreciando la belleza en el servicio y dedicación.
9) **De Hod a Yesod:** Cultiva humildad, construyendo una base sólida con honestidad e integridad.
10) **De Yesod a Maljut:** Construye una base sólida aplicando honestidad e integridad en tus acciones diarias.

Camino de la Serpiente

1) **De Maljut a Yesod:** Sé honesto y construye una base sólida mostrando integridad en tus acciones diarias.
2) **De Yesod a Hod:** Cultiva humildad construyendo una base sólida con determinación y dedicación.
3) **De Hod a Netsaj:** Enfrenta desafíos con humildad y perseverancia, manifestando la divinidad en tu esfuerzo.
4) **De Netsaj a Tiféret:** Afronta desafíos con perseverancia, manteniendo armonía y equilibrio en tus acciones.
5) **De Tiféret a Gevurá:** Encuentra equilibrio entre disciplina y armonía, aplicando control con belleza en tus acciones.
6) **De Gevurá a Jésed:** Equilibra la disciplina con actos amorosos, aplicando control con generosidad.
7) **De Jésed a Da'at:** Cultiva sabiduría practicando actos amorosos basados en un profundo entendimiento.
8) **De Da'at a Biná:** Reflexiona y analiza conceptos profundos para discernir y entender a través de la reflexión y el análisis.
9) **De Biná a Jojmá:** Reflexiona profundamente sobre lo aprendido, desarrollando sabiduría mediante la comprensión profunda.
10) **De Jojmá a Kéter:** Conéctate con lo divino meditando y reflexionando espiritualmente para desarrollar sabiduría.



El Camino del Rayo y el Camino de la Serpiente son rutas espirituales con enfoques diferentes

Camino del Rayo:

- **Misión:** Desarrollar sabiduría profunda y conexión con lo divino.
- **Visión:** Buscar armonía y equilibrio mediante reflexión espiritual.
- **Objetivo:** Fortalecer conexión divina, aplicar sabiduría en actos amorosos y cultivar armonía.

Camino de la Serpiente:

- **Misión:** Superar desafíos con humildad, manifestando divinidad diaria.
- **Visión:** Perseverar con equilibrio y belleza en las acciones.
- **Objetivo:** Construir base sólida con honestidad y dedicación, equilibrando disciplina y generosidad.

Diferencia:

- **Velocidad:** No hay diferencia de rapidez, cada uno de los caminos tiene su propio ritmo.
- **Trabajo conjunto:** Se complementan, combinando sabiduría y perseverancia para un crecimiento integral.

Trabajando juntos:

- Ambos caminos se apoyan: La sabiduría del Rayo guía las acciones de la Serpiente, mientras la perseverancia de la Serpiente fortalece la conexión espiritual del Rayo.
- Juntos forman un equipo poderoso que equilibra la reflexión profunda con la acción constante.

Trabajo conjunto:

- **Fortalezas combinadas:** Trabajando juntos, el Rayo ilumina el camino con sabiduría, y la Serpiente lo recorre con constancia y perseverancia.
- **Equilibrio:** Se complementan, creando un equilibrio entre la profundidad espiritual y la aplicación práctica en la vida diaria.
- **Resultado:** Se logra un crecimiento integral, donde la conexión espiritual se traduce en acciones armoniosas y significativas.

No se trata de rapidez, sino de equilibrio y cooperación. El Rayo ilumina el camino y la Serpiente lo recorre con determinación, logrando un progreso armonioso y significativo.

El Camino de la Flecha

Camino Flecha hacia arriba:

1. **Maljut a Yesod:** Cuenta la verdad y haz lo correcto para construir una base sólida.
2. **Yesod a Tiféret:** Sé amable y equitativo al enfrentar desafíos para cultivar armonía.
3. **Tiféret a Kéter:** Piensa en cosas especiales y aprende nuevas ideas para conectarte con lo divino.

Camino Flecha hacia abajo:

1. **Kéter a Tiféret:** Piensa en cosas especiales y busca aprender para equilibrar armonía y disciplina.
2. **Tiféret a Yesod:** Cultiva armonía y enfrenta desafíos siendo honesto y justo.
3. **Yesod a Maljut:** Construye una base fuerte haciendo siempre lo correcto y siendo honesto en tus acciones.

El "Camino de la Flecha" podría percibirse como más difícil debido a la naturaleza ascendente y descendente de las acciones. Requiere equilibrar aspectos opuestos, como ser honesto y constructivo, manteniendo la armonía y la conexión espiritual. Este equilibrio puede ser desafiante, pero también ofrece crecimiento integral.

Recorrido

En el Árbol de la Vida de la Cábala, los caminos entre las Sefiroth se numeran del 11 al 32, con las Sefiroth mismas numeradas del 1 al 10. La razón de que los caminos comiencen en 11 es histórica y se basa en la tradición de cómo se desarrolló el sistema.

Originalmente, el Árbol de la Vida está compuesto solo por las diez Sefiroth. Posteriormente, el erudito y cabalista del siglo XVI, Isaac Luria, también conocido como el Arízal, introdujo la idea de los caminos entre las Sefiroth para explicar cómo la luz divina fluía y descendía a través de las emanaciones.

Los caminos se numeraron del 11 al 32 como una forma de diferenciarlos de las Sefiroth originales. La numeración desde 11 en adelante se utilizó para evitar la confusión con las Sefiroth numeradas del 1 al 10. No hay caminos numerados del 1 al 10 porque esos números ya están asignados a las Sefiroth. Por lo tanto, para designar los caminos, se comenzó con el número 11.

Es importante destacar que los números en el Árbol de la Vida de la Cábala no son simplemente valores matemáticos, sino que tienen significados simbólicos y místicos asociados con la estructura y la cosmología cabalística.

Las rutas que conectan estas Sefiroth también tienen significados y valores numéricos asignados. Sin embargo, es importante destacar que la interpretación de estos valores numéricos puede variar entre diferentes escuelas de pensamiento cabalísticas.

Da'at

En la Cábala, el concepto de Da'at (דעת) es intrigante y central. Da'at se traduce comúnmente como "conocimiento" en hebreo, y su lugar en el Árbol de la Vida ha sido objeto de diversas interpretaciones y enfoques dentro de las tradiciones cabalísticas.

Recorrer el Árbol de la Vida sin Da'at:

1. **Sin Conexión Directa:** En algunas interpretaciones, Da'at no se considera una Sefiroth independiente, y la ruta entre Jojmá y Biná a menudo se describe como directa, sin pasar por Da'at. Esto podría interpretarse como un viaje más directo entre la Sabiduría y la Comprensión sin la necesidad de un "punto intermedio" como Da'at.

Recorrer el Árbol de la Vida con Da'at:

1. **Síntesis y Conexión:** Da'at, cuando se incluye como una Sefiroth, se considera a menudo como un punto de síntesis y conexión profunda. En este contexto, recorrer el Árbol de la Vida con Da'at puede simbolizar la búsqueda de un entendimiento integral y la síntesis de aspectos opuestos.
2. **Unión de Polaridades:** Da'at es a veces asociado con la unión de polaridades opuestas, ya que se encuentra en la ruta entre Jojmá (aspecto masculino) y Biná (aspecto femenino). Recorrer el Árbol con Da'at podría ser interpretado como un intento de equilibrar y unir estas polaridades.
3. **Elevación Espiritual:** Algunas enseñanzas sugieren que Da'at representa un estado de conciencia elevado, y recorrer el Árbol con Da'at puede simbolizar la búsqueda de un conocimiento superior y una conexión más profunda con la divinidad.

Es importante señalar que las interpretaciones varían según las tradiciones específicas de la Cábala y las enseñanzas individuales. Algunos creyentes pueden preferir trabajar con Da'at, mientras que otros pueden considerarlo de manera diferente o incluso no incluirlo en sus prácticas. La Cábala es rica en simbolismo y ofrece una variedad de enfoques para aquellos que buscan comprender la relación entre las Sefiroth y su propio camino espiritual.

El lugar y la importancia de Da'at (תעד) en el Árbol Sefirótico de la Cábala son temas debatidos y varían según las tradiciones y enseñanzas específicas dentro de la Cábala. A continuación, se exploran algunas perspectivas sobre la importancia de Da'at y las posibles desventajas de quitarlo:

Importancia de Da'at:

1. **Síntesis y Unión:** Da'at a menudo se considera un punto de síntesis y unión. Se sitúa en la ruta entre Jojmá y Biná, representando la integración de la Sabiduría y la Comprensión. Su inclusión simboliza la conexión profunda entre estas Sefiroth opuestas.
2. **Conocimiento Profundo:** Da'at también se asocia con un conocimiento profundo y una conexión espiritual más elevada. Su presencia sugiere la posibilidad de alcanzar un nivel de comprensión que va más allá de la dualidad de Jojmá y Biná.
3. **Equilibrio:** En algunas interpretaciones, Da'at actúa como un equilibrador de las polaridades en el Árbol de la Vida. Su inclusión puede simbolizar la armonización de los aspectos masculinos y femeninos dentro de la divinidad.

Desventajas de quitar Da'at:

1. **Falta de Unión:** Al quitar Da'at, la conexión directa entre Jojmá y Biná se vuelve más aparente, pero se pierde el punto de síntesis y unión que Da'at proporciona. Esto podría representar una pérdida de la oportunidad de integrar y equilibrar aspectos opuestos.
2. **Menor Profundidad Espiritual:** Da'at se asocia con un conocimiento profundo y una elevación espiritual. Si se elimina, se podría perder la posibilidad de acceder a niveles más elevados de conciencia y comprensión.
3. **Desequilibrio de Polaridades:** Da'at se sitúa en la ruta entre aspectos masculinos y femeninos del Árbol de la Vida. Su eliminación podría resultar en un desequilibrio en la representación simbólica de estas polaridades y la falta de un punto de unión entre ellas.

Es importante destacar que las interpretaciones y enseñanzas varían, y hay corrientes de pensamiento en la Cábala que no incluyen Da'at como una Sefiroth independiente. La elección de trabajar con o sin Da'at puede depender de la tradición específica y de las creencias individuales dentro de la Cábala.

Es necesario poner en práctica todos los senderos del Árbol de la vida

Ya conocimos y exploramos cada una de las aristas o rutas que conducen de Kéter y Maljut y viceversa, pero para tener una mayor equilibrio podemos poner en práctica todos los senderos que hay, no solo quedarnos con la noción de atravesar el árbol de la vida por los caminos más óptimos que son Kav, Najushtan y de la Flecha, pero esto ya es una cuestión personal.

El Árbol de la Vida es una representación simbólica de la estructura del universo y las diversas formas en que la divinidad se manifiesta. Los 22 caminos que conectan las diez Sefiroth (esferas) en el Árbol de la Vida son una parte esencial de esta estructura y

representan las diversas vías a través de las cuales la energía divina fluye y se manifiesta en el mundo.

Poner en práctica todos los 22 caminos del Árbol de la Vida en la Cábala implica una profunda exploración espiritual y un compromiso con el desarrollo personal. A continuación, se presenta una interpretación general de lo que podría significar poner en práctica estos caminos:

1. **Conexiones con las Sefiroth:** Cada camino conecta dos Sefiroth, y cada sefirah tiene significados y atributos únicos. Poner en práctica estos caminos implica comprender y trabajar conscientemente con las energías y atributos asociados a cada sefirah.
2. **Desarrollo de Virtudes:** Cada camino puede asociarse con virtudes, lecciones y desafíos específicos. Poner en práctica estos caminos significa cultivar conscientemente estas virtudes en la vida cotidiana.
3. **Estudio y Meditación:** Explorar los caminos implica estudiar y meditar sobre los textos y enseñanzas de la Cábala relacionados con cada sefirah y camino. La práctica regular de la meditación puede ayudar a interiorizar y experimentar estas energías.
4. **Aplicación Práctica:** Integrar las enseñanzas de la Cábala en la vida cotidiana. Esto puede incluir la aplicación de principios éticos, la búsqueda de la armonía y la comprensión de la conexión entre el mundo espiritual y material.
5. **Desarrollo Espiritual:** La práctica de los caminos implica un compromiso continuo con el desarrollo espiritual, buscando la conexión con lo divino y comprendiendo la verdadera naturaleza del ser.
6. **Conexiones Psicológicas:** Los caminos también tienen correspondencias con aspectos psicológicos. Poner en práctica estos caminos podría implicar explorar y comprender la psicología personal y colectiva.
7. **Acción y Simbolismo:** El árbol de la vida en sí mismo es un símbolo del equilibrio. Esto puede incluir rituales de meditación, visualización y otras formas de conexión simbólica. Pero además debemos agregar hacer acciones positivas para nosotros y para los demás dentro de nuestras posibilidades.

Poner en práctica todas las aristas del Árbol de la Vida implica una integración profunda de las enseñanzas, virtudes y energías asociadas con cada camino y sefirah en la vida cotidiana. Es un camino de crecimiento espiritual, autoconocimiento y conexión con lo divino. Cada individuo puede interpretar y aplicar estas prácticas de manera única, según su propia comprensión y viaje espiritual.

Kabbalah, Psicología y Sociedad

La relación entre la Kabbalah y la psicología es un tema complejo y diverso que ha sido explorado por varios estudiosos y practicantes. Algunos han encontrado conexiones entre

los principios espirituales de la Kabbalah y ciertos conceptos psicológicos. Aquí hay algunas maneras en las que la Kabbalah y la psicología podrían vincularse:

Exploración de la Conciencia y el Autoconocimiento

La Kabbalah, con su enfoque en la introspección y el autoconocimiento, comparte similitudes con la psicología en cuanto a la importancia de comprender las motivaciones internas, los patrones de pensamiento y las emociones. Ambas tradiciones abogan por la exploración de la conciencia como un medio para el crecimiento personal.

En la búsqueda constante de una vida plena y satisfactoria, el autoconocimiento emerge como una clave fundamental para el bienestar psicológico y el desarrollo personal. Este proceso no solo implica reconocer nuestras virtudes y defectos, sino también comprender nuestras emociones y metas de vida. En este ensayo, exploraremos la interconexión entre el autoconocimiento, la inteligencia emocional y el desarrollo personal, así como estrategias prácticas para potenciar esta herramienta crucial (Centro de Estudios de Psicología, 2019).

En el contexto de la exploración de la conciencia y el autoconocimiento, las Sephiroth ofrecen una vía para comprender la conexión entre lo divino y lo humano. Aquí hay algunas maneras en que las Sephiroth se relacionan con la exploración de la conciencia y el autoconocimiento:

1. **Jerarquía espiritual:** Las Sephiroth están dispuestas en una estructura jerárquica en el Árbol de la Vida, desde la corona (Kéter) hasta el reino (Maljut). Esta jerarquía refleja una progresión espiritual y ofrece un marco para comprender la evolución de la conciencia humana.
2. **Autoconocimiento a través de la reflexión:** Cada Sefirá representa aspectos específicos del divino y del ser humano. La reflexión sobre estas emanaciones puede proporcionar una comprensión más profunda de uno mismo y su relación con lo divino.
3. **Transformación personal:** En la Cábala, se sostiene que el proceso de Tikkun, que significa "rectificación" o "reparación", implica trabajar en cada Sefirá para corregir y elevar la propia naturaleza. Esto implica una profunda exploración de las propias motivaciones, acciones y patrones de pensamiento.
4. **Conexión con la divinidad:** A medida que uno progresa a través de las Sephiroth, se busca una mayor conexión con la divinidad. Este viaje espiritual no solo implica conocerse a uno mismo, sino también experimentar la presencia y la influencia divina en la propia vida.
5. **Equilibrio y armonía:** Cada Sefirá tiene su propia cualidad única, y la práctica espiritual implica equilibrar estas cualidades para alcanzar la armonía y la plenitud. Este equilibrio contribuye a un mayor autoconocimiento y a una mayor comprensión de cómo interactuamos con el mundo que nos rodea.



Autoconocimiento y Bienestar Psicológico

La relación entre el autoconocimiento y el bienestar psicológico es innegable. Conocerse a uno mismo proporciona una brújula interna que guía nuestras decisiones y acciones. En grandes proyectos o en la cotidianidad, el entendimiento de nuestras motivaciones y emociones nos capacita para afrontar desafíos con una perspectiva más clara y resiliente. Además, este proceso está intrínsecamente vinculado a la inteligencia emocional, ya que la autorreflexión profunda permite interpretar nuestras emociones de manera más precisa, conduciendo a una mejora significativa de la salud mental.

Desarrollo Personal y Metas Realistas

El autoconocimiento es una piedra angular en el desarrollo personal. Al comprender nuestras fortalezas y limitaciones, estamos mejor equipados para establecer metas realistas y alcanzables. Este discernimiento nos permite trazar una trayectoria clara en nuestra vida, identificando áreas de mejora y crecimiento. En momentos de incertidumbre, el autoconocimiento actúa como un faro que ilumina el camino, proporcionando claridad y dirección en las encrucijadas de la vida.

Cómo Potenciar el Autoconocimiento

Los siguientes ejercicios te pueden ayudar a lograr un ato conocimiento:

1. Escribe un diario: La práctica de escribir un diario ofrece un espacio para reflexionar sobre nuestras experiencias diarias y emociones (Netsaj y Tiféret). Al dedicar solo 10 minutos antes de dormir, podemos obtener valioso feedback (retroalimentación) sobre quiénes somos y cómo evolucionamos a lo largo del tiempo (Centro de Estudios de Psicología, 2019).

a) La reflexión diaria sobre nuestras experiencias y emociones es una herramienta poderosa para desentrañar los misterios de nuestro ser interior. Llevar un diario, hacer listas de momentos felices o tristes, o simplemente tomarse un momento para la introspección, nos permite identificar patrones en pensamientos y comportamientos. Esta práctica reflexiva nos orienta hacia la comprensión profunda de nuestras motivaciones y barreras internas (LadySoft, 2023).
b) Biná se vincula estrechamente con la reflexión profunda y la contemplación. Al escribir un diario, se invita a la persona a explorar sus experiencias y emociones con detenimiento, lo que implica un nivel de reflexión en un nivel más profundo. Escribir sobre experiencias diarias y emociones no solo implica narrar eventos, sino también discernir el significado detrás de ellos, lo cual se asemeja al aspecto del entendimiento.
c) No solo se trata de comprender el mundo exterior, sino también de comprender el mundo interior. Al escribir en un diario, la persona se sumerge en la exploración de sus propias percepciones, pensamientos y emociones, lo que contribuye a una



comprensión más profunda de sí misma. Esto es la base para desarrollar la sabiduría. El acto de escribir un diario, al fomentar la autorreflexión y el entendimiento, contribuye al desarrollo de la sabiduría personal y una mayor claridad sobre la propia vida.

2. Apunta tus virtudes, pasiones y defectos: La reflexión sobre nuestras virtudes, pasiones y defectos nos brinda una imagen más clara de nuestra identidad. Mantener una lista actualizada fomenta la autoevaluación constante y contribuye a la automotivación y la búsqueda de la felicidad (Centro de Estudios de Psicología, 2019), las Sephiroth que interactúan más en este contexto son:

a) Jésed es reflexionar sobre nuestras virtudes, implica reconocer y apreciar las cualidades positivas que poseemos y cómo las aplicamos en nuestras interacciones con el mundo.
b) Netsaj es la perseverancia en nuestras pasiones, implica reconocer y abrazar nuestras motivaciones y deseos persistentes.
c) Gevurá es reflexionar sobre nuestros defectos, para examinar críticamente aquellas áreas de nuestra vida en las que la disciplina y la autorregulación podrían necesitar fortalecerse.
d) Tiféret con su armonía equilibra las virtudes, pasiones y defectos, nos ayuda a la armonía y el equilibrio en la autopercepción y en cómo nos presentamos al mundo.
e) Yesod se asocia con la fundación y la conexión. Al reflexionar sobre nuestra identidad, consideramos cómo nuestras virtudes, pasiones y defectos se conectan y forman la base de nuestra personalidad y acción en el mundo.

3. Pídele a alguien que te describa: La percepción externa puede ofrecer perspectivas valiosas (Maljut y Yesod). Solicitar a un amigo que nos describa proporciona una visión externa que complementa nuestro autoconocimiento, revelando aspectos que podríamos pasar por alto (Centro de Estudios de Psicología, 2019), esta actividad se de realizar sin hacer juicios y de manera constructiva.

a) El reflejo de los demás actúa como un espejo valioso para nuestro autoconocimiento. Solicitar feedback honesto y constructivo a amigos, familiares o colegas puede proporcionar una perspectiva externa que enriquece nuestra comprensión personal. Escuchar atentamente, incluso cuando el feedback es desafiante, abre puertas a un crecimiento significativo y a la mejora continua (LadySoft, 2023).
b) Hod como el feedback, tiene la capacidad de recibir retroalimentación de manera abierta y humilde es esencial. Hod es la disposición para aceptar y aprender de la información proporcionada por otros, permitiendo un crecimiento personal y una mejora continua.

4. Asiste a un taller o busca literatura acerca de Inteligencia Emocional: La inteligencia emocional (Biná y Tiféret) es una herramienta esencial para comprender y gestionar

nuestras emociones. Participar en un taller específico brinda las herramientas necesarias para potenciar la autoconciencia y mejorar la gestión emocional (Centro de Estudios de Psicología, 2019), las Sephiroth que se ven involucradas en este tipo de ejercicio son:

a) Biná en el contexto de la inteligencia emocional personal, nos brinda la capacidad de reflexionar sobre las experiencias, comprender los propios pensamientos y emociones, y desarrollar un entendimiento más profundo de uno mismo.
b) Da'at es nuestra capacidad de integrar el conocimiento adquirido sobre uno mismo y los demás, creando una comprensión más holística (como un todo) del conocimiento de la práctica de la inteligencia emocional y completa de la realidad interior y exterior.
c) Jojmá representa la capacidad de tener percepciones intuitivas sobre las propias motivaciones, emociones y las de los demás, permitiendo una comprensión más rápida y profunda.
d) Tiféret es el equilibrio de las emociones, el camino para lograr la inteligencia interpersonal debido a que la armonización de las diversas facetas de la personalidad contribuye a una comprensión equilibrada de uno mismo y de los demás. La capacidad de encontrar armonía interna se refleja en una mayor inteligencia personal.
e) Hod que es la humildad nos permite reconocer y aceptar las limitaciones y errores propios, lo cual es esencial para una comprensión más honesta y precisa de uno mismo.

5. Práctica Mindfulness (Atención Plena, autoconciencia)*:* Nos ayuda a cultivar la autoconciencia al fomentar la atención plena en el presente. Este enfoque promueve la aceptación y compasión hacia uno mismo (Jésed), mejorando la conexión entre la mente y las emociones (Centro de Estudios de Psicología, 2019), que Sephiroth intervienen en este proceso:

a) La atención plena, o mindfulness, es una práctica transformadora para el autoconocimiento. Al prestar atención consciente a nuestras experiencias presentes sin juzgar, podemos desentrañar patrones automáticos de respuesta (Biná). La meditación diaria o simplemente dedicar unos minutos al día para enfocarse en la respiración y las sensaciones corporales abre las puertas a una mayor conciencia y respuesta consciente ante la vida (Tiféret) (LadySoft, 2023).
b) Da'at es asociada con la comprensión y la integración del conocimiento. En términos de mindfulness, Da'at es la integración consciente del conocimiento adquirido durante la práctica. Implica no solo la observación de la experiencia presente, sino también la asimilación y comprensión profunda de esa experiencia.
c) Biná es la capacidad de comprender plenamente nuestras experiencias presentes, observando con atención y entendimiento. La práctica de la atención plena a



menudo implica una reflexión consciente sobre los pensamientos y las sensaciones, lo cual se alinea con la naturaleza reflexiva de Biná.

6. Escoge un coaching (clases) sobre autoconocimiento*:* La asistencia de un coach (entrenador o maestro) especializado en descubrimiento personal puede ser una alternativa poderosa. Este guía profesional facilita una visión más realista de nuestras emociones y vidas, promoviendo un autoconocimiento profundo y transformador (Jojmá y Biná) (Centro de Estudios de Psicología, 2019), las Sephiroth de nuestro Árbol de la vida que se benefician son:

a) Da'at es la integración y conexión de conocimientos. Al elegir un coach para clases de autoconocimiento, se busca esa conexión y unión de información y sabiduría para lograr una comprensión más profunda de uno mismo.
b) Implica la integración y asimilación del conocimiento. Al participar en clases de autoconocimiento con un coach, se busca integrar la información y la orientación proporcionada para obtener una comprensión más completa de la propia identidad y potencial.
c) La elección de un coach para clases particulares sugiere un deseo de desarrollar esa sabiduría interna, aprovechando la experiencia y el conocimiento del coach para profundizar en la comprensión personal.
d) Al elegir un coach se busca un punto de acceso experto para adquirir conocimientos específicos y orientación en el proceso de descubrimiento personal.

El autoconocimiento se erige como un pilar esencial para el bienestar psicológico y el desarrollo personal. Al abrazar estrategias prácticas, como llevar un diario, reconocer virtudes y defectos, buscar retroalimentación externa y participar en actividades que promuevan la inteligencia emocional, podemos enriquecer nuestra comprensión interna. Este viaje hacia el autoconocimiento no solo impacta positivamente nuestra salud mental, sino que también nos guía hacia una vida más auténtica y plena.

La Kabbalah utiliza simbolismos complejos, como el Árbol de la Vida y los Sephiroth, para representar conceptos espirituales. Algunos psicólogos han explorado la utilidad del simbolismo en la terapia como una forma de expresión y comprensión de los procesos internos de los individuos.

La noción de que el Árbol de la Vida muestra la realidad interna de cada alma y, al mismo tiempo, la realidad externa en la que todos vivimos, sugiere una profunda conexión entre el autoconocimiento y la comprensión del entorno. Reconocer y entender la realidad interna es esencial para comprender y participar de manera significativa en la realidad externa (arquetiposraulduran, s.f.).

1. El Árbol de la Vida muestra la estructura del alma y de toda la humanidad implica que la búsqueda de autoconocimiento está intrínsecamente relacionada con la



comprensión de la esencia interna de uno mismo y de la humanidad en su conjunto.

2. La idea de que cualquier cambio en el alma del ser humano tiene un efecto en todos los universos resalta la importancia trascendental de las acciones individuales en la creación de la realidad. Esta conexión implica que el autoconocimiento no solo afecta la realidad interna, sino que también tiene un impacto en la realidad externa y, en última instancia, en el universo.
3. Vivimos un mundo, donde los principios del Árbol de la Vida se aplican a niveles micro y macro, sugiere que la introspección puede tener implicaciones en múltiples niveles de existencia. La introspección puede ser vista como un proceso que abarca tanto lo más infinitamente grande como lo más pequeño posible.
4. Las Sephiroth como transformadores y condensadores de energía permiten que la introspección, al ser un proceso de reflexión profunda y asimilación, tiene el poder de transformar la energía mental y emocional, condensándola en una comprensión más clara de uno mismo y del entorno.
5. Las Sephiroth conectadas pueden considerarse como un mapa simbólico para la introspección. Cada Sephiroth representa diferentes aspectos de la conciencia y áreas a explorar durante el proceso introspectivo, las Sephiroth que se involucran y desarrollan más en este proceso son:
   a) **Kéter:** Representa la conexión con la realidad más elevada.
   b) **Jojmá y Biná:** Estas Sephiroth pueden nos ayudan a la comprensión profunda de la realidad interna y externa.
   c) **Tiféret:** Es la armonización de la realidad interna y externa.
   d) **Yesod:** Es la base y la conexión entre los mundos espirituales y físicos.
   e) **Maljut:** Es la manifestación y la materialización de la realidad.
6. Ciertos principios cabalísticos son conceptualmente similares en el (coaching) entrenamiento como se presenta a continuación:
   a) Con **Kéter** actúa como herramienta que eleva la perspectiva del alumno, permitiéndole ver su situación desde un nivel más elevado y espiritual.
   b) **Jojmá** y **Biná** se asocian con la capacidad del coach para utilizar metáforas que aporten sabiduría y entendimiento al alumno. Las metáforas pueden proporcionar una comprensión más profunda de los desafíos y ayudar al cliente a ver más allá de la superficie de sus experiencias.
   c) **Tiféret**, busca armonizar la experiencia del alumno y revelar la belleza incluso en situaciones desafiantes.
   d) **Yesod** es la base y la conexión entre los mundos espirituales y físicos. Sirve como la base para construir una comprensión sólida, conectando la realidad del alumno con aspectos más profundos de su ser.
   e) **Maljut**, siendo la Sefirah en el Mundo Físico, puede asociarse con la manifestación y materialización de la realidad. Ayuda a los alumnos a manifestar nuevos entendimientos y perspectivas en su vida cotidiana.

Una metáfora sobre cómo aplicar los conceptos necesarios para el autoconocimiento e introspección pueden ser como el siguiente (como ejercicio tu podrías crear uno):

Imagina que eres un arroyo, cada persona es un flujo único y vital de agua que se desplaza por un paisaje inexplorado. Este viaje representa tu crecimiento personal, y en este arroyo, descubrirás el poder transformador de ti mismo.

En lo más profundo de tu ser, existe un manantial espiritual, (Kéter) que actúa como fuente de inspiración. Este manantial eleva tu perspectiva, permitiéndote ver tu situación desde un nivel más elevado y espiritual. Como el agua pura que fluye desde lo más profundo, este manantial nutre tu confianza y visión.

Las corrientes (Jojmá y Biná) son la sabiduría y entendimiento que fluyen a lo largo de tu camino. Estas corrientes actúan como flujos de sabiduría, cayendo sobre ti. Sin embargo cuando estas corrientes avanzan crean remolinos que te permiten ver más allá de la superficie, comprendiendo los desafíos desde un nivel más profundo.

En las curvas del arroyo (Tiféret) aunque a veces el camino puede parecer desafiante, estas aguas buscan armonizar tu experiencia. Revelan la belleza incluso en situaciones difíciles, como los reflejos brillantes del sol en las aguas en calma, mostrándote la belleza en cada aspecto de tu viaje.

Las piedras en el arroyo son bases sólidas (Yesod), cada una de ellas conecta la base que sostiene tu crecimiento, la conexión entre la realidad tangible y los aspectos más profundos de tu ser. Cada piedra en la base es una experiencia, construyendo una comprensión sólida.

A medida que el agua fluye hacia el final del arroyo (Maljut), atraviesa y crea una serie de cambios en las curvas y corrientes, hasta que finalmente llega a su desembocadura, manifestando nuevos entendimientos y perspectivas en tu vida cotidiana. Está desembocadura es la realidad tangible, la materialización de la confianza que has cultivado. Cada onda que toca la orilla es una manifestación de tu creencia en ti mismo.

En este arroyo de sabiduría, cada corriente y remolino es una oportunidad para creer en tu propio flujo interior. Deja que estas aguas te inspiren, nutran tu crecimiento y te guíen hacia la confianza en tus propias corrientes, porque, al igual que el agua, tienes el poder de tallar tu camino y descubrir la fuerza que fluye en tu interior.

Cada una de estas Sephiroth refleja aspectos cruciales de la experiencia humana y nos invita a explorar y equilibrar diferentes aspectos de nuestras vidas, y nos ayudan a nuestro autoconocimiento.

Transformación Personal y Tikkun Olam

La idea de la Tikkun, la corrección o reparación del mundo, en la Kabbalah puede relacionarse con conceptos psicológicos de crecimiento personal y transformación. Ambas perspectivas sugieren que el trabajo en uno mismo contribuye no solo al bienestar personal sino también al bienestar colectivo.



¿Qué es Tikkun Olam?

1. **Significado y Origen:**
   - "Tikkun olam" significa "reparación del mundo" en hebreo.
   - Connota acción social y búsqueda de justicia social.
   - Tiene raíces en la literatura rabínica clásica y la cábala luriana de Isaac Luria del siglo XVI.
2. **Raíces en la Literatura Rabínica:**
   - La expresión "Mipnei tikkun ha-olam" se traduce generalmente como "por el bien del orden del mundo" o "por el bien del arreglo del mundo". Esta frase es de origen hebreo y se encuentra en la Mishná, una obra central del judaísmo que recopila las enseñanzas y tradiciones orales que complementan la Torá (cerca 200 d.C.).
   - Refiere legislación social para protección adicional a los potencialmente desfavorecidos.
   - Gobierna condiciones justas para la redacción de decretos de divorcio y la liberación de esclavos.
3. **Cábala Luriana y Creación:**
   - La cuenta luriana habla de la contracción divina para dar espacio a la creación (Tzim Tzum o Big Bang).
   - La luz divina se contenía en vasijas especiales, algunas de las cuales se rompieron (metafóricamente).
   - Los fragmentos constituyen el mal y la base del mundo material.
4. **Rol de Adam y la Necesidad de Reparación:**
   - Adam Kadmon, el primer ser creado por D-os (No confundir con Adan y Eva) el cual estaba destinado a restaurar las chispas divinas mediante ejercicios místicos.
   - Su pecado interfirió, mezclando bien y mal en el mundo creado.
   - La reparación implica reunir luz y almas, realizada por humanos a través de actos contemplativos.
5. **Objetivo de la Reparación:**
   - La reparación busca separar lo sagrado del mundo creado.
   - Pretende privar al mundo físico de su existencia, devolviendo todas las cosas a un estado previo al desastre y al pecado humano.
6. **Tikkun Olam Hoy:**
   - Se ha vuelto común en círculos judíos liberales, incluso siendo tema de bromas.
   - Activistas contemporáneos lo usan para referirse a actos de reparación, pero a menudo sin comprender sus asociaciones cosmológicas.
   - Énfasis en responsabilidad social y corrección del mundo actual.
7. **Evolución del Término:**
   - Inicialmente usado en la década de 1950 para referirse a trabajo de acción social.

    - Utilizado para programas de acción social, tzedaká (donación caritativa) y gemilut hasadim (actos de bondad).
    - Asociado nuevamente con la cábala, adquiriendo significado teológico más profundo.
8. **Conexión con Responsabilidad Humana:**
    - Permanece conectado con la responsabilidad humana de corregir lo que está mal en el mundo.
    - Uso contemporáneo comparte preocupaciones con el concepto rabínico de "mipnei tikkun ha-olam" y la noción cabalística de "tikkun".
9. **Enfoque Contemporáneo:**
    - Ahora se usa principalmente para referirse a una categoría específica de mitzvot que significa "mandato divino" relacionadas con la mejora social.
    - *"Esta percepción de D-os implica que la Creación tiene una dirección específica hacia la cual se dirige, pues está sujeta a la voluntad divina. Las mitzvot en este caso son vistas como el medio bajo cual el hombre cumple con esa voluntad y ayuda a D-os en la dirección del mundo"* (Gleason, s.f.).
    - Más cercano a las raíces rabínicas clásicas que a las connotaciones místicas originales.

La Transformación Personal y su Contribución al Tikkun Olam: Un Viaje hacia la Reparación del Mundo

La búsqueda de la transformación personal es un camino enriquecedor que va más allá de la esfera individual; es un viaje que, cuando se emprende con autenticidad y propósito, puede contribuir significativamente al concepto del "Tikkun Olam" o reparación del mundo. El proceso de transformación personal de una persona puede convertirse en un faro de luz que ilumina no solo su propia vida, sino también la de aquellos que la rodean y, en última instancia, contribuye a la reparación y mejora del mundo (By My Jewish Learning, 2019).

La transformación personal es un proceso profundo y multifacético que implica un cambio interno en la percepción, los valores y las acciones de un individuo. Al emprender este viaje, una persona se compromete a mirar hacia adentro, explorar sus creencias arraigadas, desafiar sus limitaciones autoimpuestas y, en última instancia, evolucionar hacia una versión mejorada de sí misma. Este proceso no solo tiene el poder de elevar la calidad de vida del individuo, sino que también puede convertirse en un faro de cambio social y global.

En el corazón de la transformación personal se encuentra el desarrollo de virtudes y valores éticos. La adopción de principios como la empatía, la compasión y la justicia social se convierte en una fuerza motriz para acciones que trascienden el ámbito individual. La transformación personal, al nutrir estas virtudes, crea un individuo más consciente de su entorno y de las necesidades de los demás. Es esta conciencia elevada la que se convierte en la piedra angular para el compromiso activo en la reparación del mundo.



El servicio a los demás se convierte en una manifestación natural de la transformación personal. Aquellos que han experimentado una metamorfosis interna a menudo sienten un impulso innato para contribuir al bienestar de los demás. Ya sea a través del voluntariado, la defensa de causas sociales o simplemente brindando apoyo a quienes lo necesitan, el individuo transformado se convierte en un agente activo de cambio social. Este compromiso con el servicio comunitario es fundamental para el Tikkun Olam, ya que representa la reparación activa de las grietas sociales y la construcción de un tejido más sólido y compasivo en la sociedad.

La transformación personal también implica la adopción de una mentalidad de sostenibilidad, tanto a nivel ambiental como social. Aquellos que han experimentado un cambio interno a menudo incorporan prácticas sostenibles en sus vidas cotidianas. Al abogar por la responsabilidad ambiental y social, contribuyen al Tikkun Olam al reconocer y abordar los desafíos globales que afectan a nuestro planeta y a sus habitantes.

La promoción de la paz y la tolerancia es otro aspecto crucial de la transformación personal en el contexto del Tikkun Olam. Aquellos que han experimentado una evolución interna hacia la aceptación y la comprensión mutua se convierten en embajadores de la paz en sus comunidades. Al fomentar la armonía y la tolerancia, contribuyen a la reparación de las fracturas sociales y a la creación de entornos donde la diversidad es celebrada y respetada.

La transformación personal no es simplemente un viaje individual; es una fuerza dinámica que puede desencadenar un cambio significativo en el mundo que nos rodea. Al nutrir virtudes éticas, comprometerse con el servicio comunitario, abogar por la sostenibilidad, promover la paz y la tolerancia, el individuo transformado se convierte en un faro de esperanza y acción positiva. A través de estos esfuerzos, la transformación personal se convierte en un pilar fundamental en la construcción del Tikkun Olam, contribuyendo a la reparación y elevación de nuestro mundo compartido.

Conexión Espiritual y Bienestar Mental

Algunas personas encuentran que la práctica de la Kabbalah, con su enfoque en la conexión espiritual, proporciona un sentido de propósito y significado, lo cual es un tema relevante en la psicología positiva y la búsqueda de bienestar mental.

La Cábala, se erige como un faro de conocimiento, iluminando el camino hacia el autoconocimiento y la comprensión del mal. En este viaje introspectivo, cada individuo descubre sus fortalezas y debilidades, encontrando respuestas a las dos preguntas fundamentales: ¿por qué nació el universo? y ¿qué sentido tiene la vida?

Las aportaciones de la mística judía a la salud mental, se destaca que la Cábala no solo incide en la salud mental, sino también en el potencial del yo y del alma. Para entender la

conexión entre la Cábala y la transformación personal, es crucial explorar sus conceptos fundamentales.

El Árbol de la Vida, símbolo central de la Cábala, se presenta como una herramienta psicológica y cosmogónica. Con diez dimensiones o atributos (Sephiroth), traza la senda hacia la liberación de los condicionamientos materiales, que son las limitaciones, influencias o presiones que provienen del entorno material o físico de una persona, pueden tener un impacto significativo en las decisiones, acciones y perspectivas de alguien, por ejemplo:

1. **Económicos:** La situación financiera de una persona puede condicionar sus elecciones y oportunidades. La falta de recursos económicos puede limitar las opciones educativas, profesionales y de estilo de vida.
2. **Culturales:** La cultura en la que una persona crece puede imponer ciertos valores, normas y expectativas. Estos condicionamientos culturales pueden afectar las decisiones en áreas como la carrera, la educación, las relaciones y las creencias.
3. **Sociales:** Las expectativas de la sociedad en términos de roles de género, estatus social y comportamientos aceptables pueden condicionar las acciones de una persona. El temor al juicio social a menudo influye en las decisiones y elecciones de las personas.
4. **Geográficos:** El lugar donde una persona vive puede tener un impacto significativo en sus oportunidades. Acceso limitado a servicios, empleo o educación de calidad puede condicionar las opciones y perspectivas de alguien.
5. **Tecnológicos:** El acceso a la tecnología puede influir en las oportunidades educativas y profesionales de una persona. La brecha digital puede condicionar el acceso a información, oportunidades de empleo y redes sociales.
6. **Educativos:** Las experiencias y oportunidades educativas disponibles pueden condicionar las aspiraciones y perspectivas de una persona. La falta de acceso a una educación de calidad puede limitar las posibilidades de desarrollo personal y profesional.
7. **Familiares:** Las expectativas y valores transmitidos por la familia pueden condicionar las elecciones de vida de una persona. Las presiones familiares pueden influir en la elección de la carrera, la pareja y el estilo de vida.
8. **Políticos:** El entorno político y las políticas gubernamentales pueden tener un impacto en las oportunidades económicas y sociales de las personas. La estabilidad política o la falta de ella pueden condicionar las perspectivas futuras.

La Cábala se origina hace aproximadamente 2,300 años en Judea, entre los siglos II y III antes de Cristo y propone desentrañar el proceso infinito de la existencia, permitiendo al yo crecer más allá de sus limitaciones. Es la transmutación del mal en bien, una búsqueda constante de equilibrio y conciencia.

La materia, en esta cosmovisión, no es inherentemente negativa. La clave radica en cómo interactuamos con ella. Cuando nos obsesionamos con objetivos finitos, reducimos nuestra



felicidad a momentos efímeros. La Cábala enseña que somos arquitectos de nuestra realidad, capaces de manipular, controlar y redirigir la materia para cumplir su función esencial. Es un llamado a la responsabilidad y la autorreflexión.

La Cábala, entonces, se convierte en una guía para liberar al yo de condicionamientos, una brújula que apunta hacia la máxima conciencia, la mejor versión de uno mismo(a) que revela su máximo potencial. Al equilibrar las energías internas a través del Árbol de la Vida, se disuelven las plagas invisibles del siglo XXI: el estrés, la depresión y los trastornos mentales. La Cábala emerge como un mapa, un GPS del alma que dirige hacia la felicidad y el pleno desarrollo.

En esta Era, nos encontramos en un viaje colectivo hacia la mejora y expansión de la conciencia. Aunque las nubes de ilusión se disuelven lentamente, persisten desafíos. La Cábala ofrece respuestas a las preguntas más profundas sobre el estrés, la enfermedad y la verdadera naturaleza de la realidad.

El estrés, según la Cábala, no proviene únicamente de factores externos, sino de la desconexión con la Fuerza de Luz. Desde una perspectiva cabalística, el estrés es la manifestación de la energía contraria a esta fuerza, conocida como Satán (Hasatan en hebreo es oponente), en otra culturas se conoce como Lucifer, Lucifer, Satanás, Belial, Samael, en la cábala se le conoce como ego y reside en la mente de los seres humanos. La vulnerabilidad surge cuando permitimos la desconexión, creando un espacio para la influencia negativa.

La solución propuesta por la Cábala es la atracción y expansión de la Fuerza de Luz en nuestra vida. Al hacerlo, creamos un escudo contra las influencias negativas, fortaleciendo nuestro sistema inmunológico espiritual. La Cábala sugiere que nuestra conexión con la Fuerza de Luz no solo afecta nuestra realidad individual, sino también el entorno cósmico que compartimos.

La mente y el cerebro, un enigma para la ciencia convencional, encuentran explicación en la Cábala. Esta disciplina propone que la mente trasciende la biología y la mecánica cerebral. La mente, en la Cábala, es un universo oculto de actividades, un plano que percibe estímulos de diversas fuentes y dicta nuestros patrones de pensamiento, sentimientos y acciones.

El concepto de vidas pasadas y el tikún (proceso de corrección) se entrelazan en la comprensión cabalística de la mente y el comportamiento humano. Nuestra historia cósmica influye en la trama de nuestra vida actual, ofreciendo oportunidades para la transformación personal.

La depresión, es la falta de plenitud de la Fuerza de Luz. La Cábala propone inflar nuestro ser espiritual con esta fuerza para llenar el vacío y eliminar la oscuridad. La falta de



conexión crea un espacio para que el oponente (ego) entre y afecte áreas específicas del cuerpo, manifestando enfermedades.

La visión cabalística desafía la comprensión convencional de la mente y el cerebro. Mientras la ciencia busca explicaciones en las conexiones neuronales, la Kabbalah sugiere que la mente, con su capacidad para la intuición, el amor y la lealtad, trasciende la biología. La mente es un universo oculto que influye en el comportamiento y las experiencias de vida.

Infundir esta Fuerza puede eliminar el vacío y conducir a la erradicación de la oscuridad. La Kabbalah propone que el estrés y la enfermedad encuentran su origen en vidas pasadas, manifestándose en el presente a través de patrones de comportamiento y experiencias.

La Kabbalah ofrece un enfoque holístico que va más allá de la realidad física, explorando dimensiones cósmicas y espirituales. La comprensión de la mente, la salud mental y el bienestar se aborda desde una perspectiva única que integra la conexión con la Luz del Creador y la influencia de vidas pasadas. En un mundo moderno afectado por el estrés y la enfermedad, la Kabbalah ofrece una vía para liberar la luz interior y alcanzar un equilibrio que conduzca a la verdadera felicidad.

Fuentes: (Cedeño, 2019) (Kabbalah Magazine Vol. 5, segunda edición, 2000; kabbalah.com, 2000) (kabbalah.com, 2000) (Rav Berg, 2016)

Mindfulness y Meditación

La Kabbalah incluye prácticas meditativas y de contemplación que comparten similitudes con las técnicas de mindfulness utilizadas en la psicología moderna. Ambos enfoques enfatizan la atención plena como una herramienta para calmar la mente y mejorar el bienestar.

La búsqueda de equilibrio y bienestar ha llevado a la humanidad a explorar diversas prácticas que promueven la conexión entre la mente, el cuerpo y el entorno. Entre estas prácticas, la meditación y el mindfulness han ganado popularidad como herramientas efectivas para cultivar la consciencia en el presente. Aunque comparten similitudes, cada una tiene características distintivas que las definen y les otorgan propósitos específicos.

Mindfulness: La Atención Plena en la Vida Cotidiana

La atención plena, se ha convertido en un término reconocido en el ámbito de la salud mental y el bienestar. Esta forma de meditación se centra en dirigir la atención consciente hacia el momento presente, reconociendo activamente los aspectos cotidianos de la vida que a menudo pasan desapercibidos. Un elemento clave de esta práctica es la conciencia de los pensamientos, las emociones y, de manera fundamental, la respiración.

Los estudios científicos respaldan los beneficios del mindfulness, destacando su capacidad para mejorar la atención y reducir el estrés. La consciencia plena permite una observación no juiciosa de la realidad, facilitando la aceptación de las situaciones difíciles. En momentos de desafío interpersonal, por ejemplo, el mindfulness actúa como un lente que aclara la percepción, permitiendo ver las circunstancias con mayor claridad y objetividad.

Lo distintivo del mindfulness radica en su practicidad. A diferencia de otras formas de meditación que requieren un entorno específico, el mindfulness puede practicarse en cualquier momento y lugar. Este enfoque flexible facilita la integración de la atención plena en la rutina diaria, convirtiéndola en una herramienta accesible para gestionar el estrés y cultivar la consciencia (Menayo, 2022).

Un ejemplo de práctica de mindfulness podría ser una meditación de atención plena centrada en la respiración. Aquí te presento un paso a paso:

1. **Encuentra un lugar tranquilo:** Busca un espacio donde puedas sentarte cómodamente sin distracciones externas.
2. **Adopta una postura cómoda:** Siéntate en una silla con los pies apoyados en el suelo o siéntate en el suelo con las piernas cruzadas. Mantén la espalda recta pero relajada.
3. **Cierra los ojos:** Cierra suavemente los ojos para eliminar estímulos visuales y dirigir la atención hacia adentro.
4. **Enfócate en la respiración:** Dirige tu atención hacia tu respiración. Observa el flujo natural del aire mientras entra y sale de tu cuerpo.
5. **Sé consciente de cada inhalación y exhalación:** Presta atención plena a cada respiración. Si tu mente se dispersa, simplemente toma nota de ello y vuelve suavemente a la respiración.
6. **No te juzgues:** Si tu mente divaga o te distraes, no te juzgues. La práctica de mindfulness implica aceptar tus pensamientos y sentimientos sin críticas.
7. **Regresa al momento presente:** Si te das cuenta de que tu mente se ha alejado, suavemente vuelve a dirigir tu atención a la respiración. Céntrate en el aquí y ahora.
8. **Practica durante unos minutos:** Comienza con unos minutos al día y, con el tiempo, puedes aumentar gradualmente la duración de tu práctica.

Esta meditación de atención plena ayuda a entrenar la mente para estar presente en el momento actual, reducir el estrés y mejorar la concentración. La práctica regular de mindfulness puede tener beneficios para la salud mental y emocional, promoviendo la claridad mental y la sensación de calma.

Meditación: Explorando la Profundidad Interior

La meditación, por su parte, es un término amplio que abarca diversas prácticas, cada una con enfoques y objetivos particulares. En su esencia, la meditación busca liberar la mente,

permitiendo que esta alcance estados de tranquilidad y serenidad. A diferencia del mindfulness, la meditación no está centrada en la atención consciente de aspectos específicos, sino en la liberación de la consciencia de pensamientos y preocupaciones.

La meditación puede adoptar diferentes formas, desde la atención plena hasta la meditación guiada, y se practica para lograr la relajación y el autoconocimiento. La utilización de música o esencias aromáticas a menudo acompaña la meditación, contribuyendo a crear un ambiente propicio para la relajación profunda (Menayo, 2022).

Diferencias Claves: Objetivos y Práctica

Las diferencias fundamentales entre meditación y mindfulness se encuentran en sus objetivos y beneficios. Mientras que la meditación busca principalmente la relajación plena y el autoconocimiento, el mindfulness está diseñado para potenciar el enfoque y la atención consciente en el presente.

En términos de beneficios, la meditación se asocia comúnmente con una mayor toma de decisiones informada por la calma interior, mientras que el mindfulness se centra en mejorar el rendimiento general y la resolución de conflictos.

La práctica de la meditación a menudo requiere un momento específico y un entorno tranquilo, mientras que el mindfulness puede incorporarse en cualquier momento del día, adaptándose a la vida cotidiana.

Tanto la meditación como el mindfulness ofrecen valiosas herramientas para aquellos que buscan explorar la consciencia y mejorar su bienestar. Al comprender sus diferencias, se puede elegir la práctica que mejor se adapte a las necesidades individuales, ya sea explorando la profundidad interior de la meditación o integrando la atención plena en cada aspecto de la vida diaria.

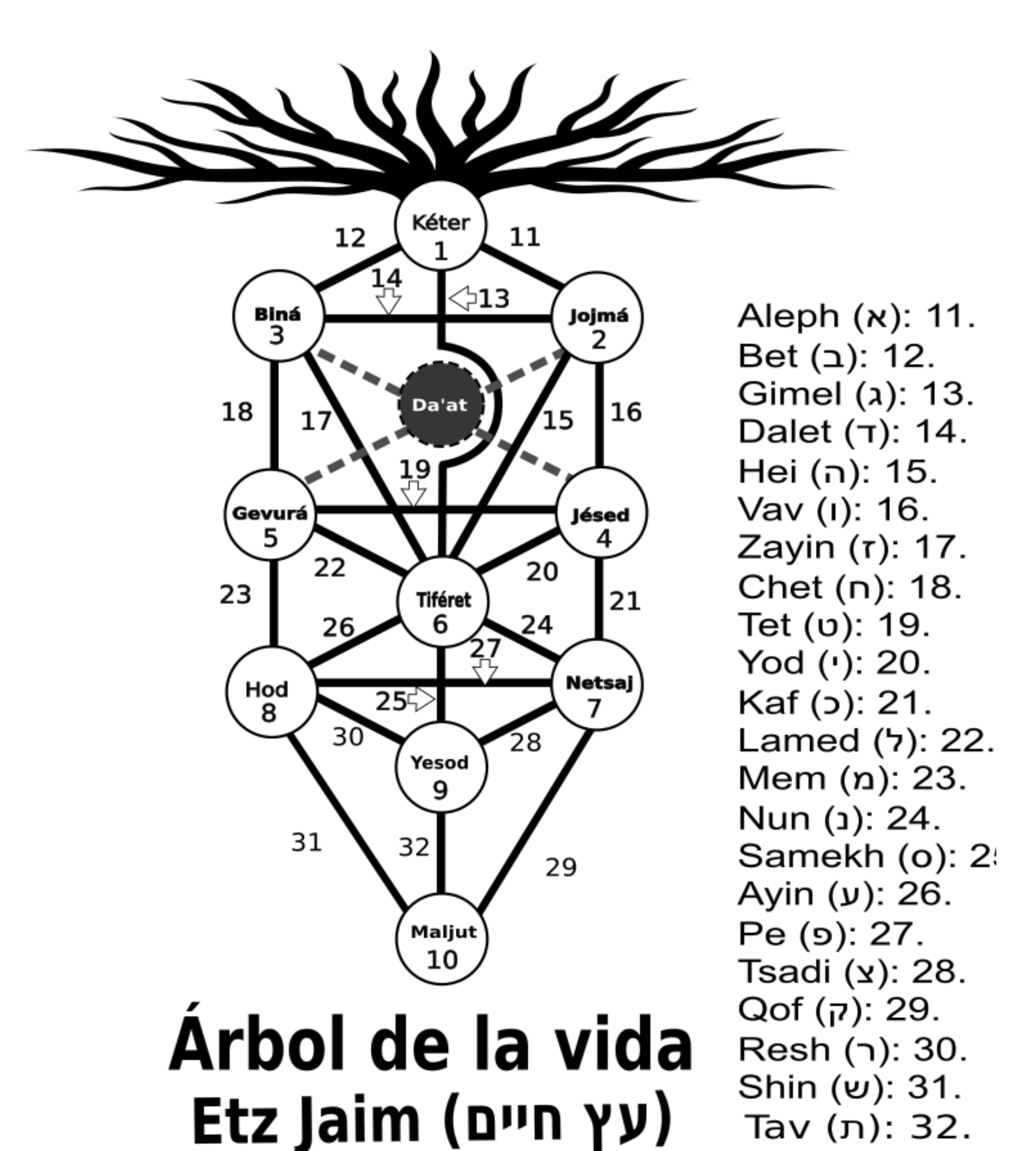
Como los integramos a la kabbalah te muestro unos ejemplos:

- ✓ Kéter en la meditación, este nivel se asocia con la búsqueda de la conexión espiritual más elevada. Ejemplo: Meditar sobre la esencia trascendental de la existencia, buscando la conexión con la conciencia cósmica.
- ✓ Jojmá y Biná, estas Sephiroth pueden asociarse con la búsqueda de sabiduría y comprensión profunda durante la meditación. Ejemplo: Meditar sobre preguntas filosóficas fundamentales para obtener percepciones más profundas sobre la naturaleza de la existencia.



- Tiféret representa la armonía y la belleza. En la meditación, esto podría estar relacionado con buscar la belleza en la tranquilidad y la serenidad interior. Meditar para experimentar la belleza en la simplicidad del momento presente.
- Hod y Netsaj estas Sephiroth se asocian con la perseverancia y el logro en la meditación. Ejemplo: Meditar regularmente con el objetivo de alcanzar un estado de paz mental y superar los desafíos internos.
- Yesod es con la conexión entre los aspectos espirituales y físicos de la meditación. Ejemplo: Meditar para establecer una base sólida de consciencia y conexión con uno mismo.




Kéter 1
Jojmá 2
Biná 3
Jésed 4
Gevurá 5
Tiféret 6
Netsaj 7
Hod 8
Yesod 9
Maljut 10
Da'at
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
Aleph (א): 11.
Bet (ב): 12.
Gimel (ג): 13.
Dalet (ד): 14.
Hei (ה): 15.
Vav (ו): 16.
Zayin (ז): 17.
Chet (ח): 18.
Tet (ט): 19.
Yod (י): 20.
Kaf (כ): 21.
Lamed (ל): 22.
Mem (מ): 23.
Nun (נ): 24.
Samekh (ס): 2
Ayin (ע): 26.
Pe (פ): 27.
Tsadi (צ): 28.
Qof (ק): 29.
Resh (ר): 30.
Shin (ש): 31.
Tav (ת): 32.
Árbol de la vida
Etz Jaim (עץ חיים)

Bibliografía

(s.f.). Obtenido de Jojmá y Biná: Los poderes del intelecto [4]: https://www.tora.org.ar/5-jojma-y-bina-los-poderes-del-intelecto-4/

@anthouse. (s.f.). *youtube*. Obtenido de ¿Las hormigas lanzarían armas nucleares?: https://www.youtube.com/shorts/szKgDbGCGrY

@freepik. (s.f.). Obtenido de https://www.freepik.es/vector-gratis/concepto-moderno-abduccion-ovni-diseno-plano_2889281.htm

@jannoon028. (2023). *Freepick*. Obtenido de Manzana roja con la hoja verde sobre fondo blanco.: https://www.freepik.es/foto-gratis/manzana-roja-hoja-verde-sobre-fondo-blanco_1018481.htm#query=manzana%20dorada&position=11&from_view=search&track=ais&uuid=843e6427-f074-451f-95fa-297b39dc6374

@mindset.vibrations. (s.f.). Recuperado el 11 de Novirmbre de 2023, de The POWER of perception - How to use your mind to create reality (Manifestation): https://www.youtube.com/shorts/kSghgdKQad8

@somchaisom. (2023). *freepick*. Obtenido de https://www.freepik.es/fotos-premium/encender-bombilla-tungsteno-aislada-blanco_2301093.htm#page=3&query=foco&position=42&from_view=search&track=sph&uuid=8892304c-ea67-4e93-8117-baf12b2f17ff

@storyset. (2023). *freepick*. Obtenido de https://www.freepik.es/vector-gratis/ilustracion-concepto-lados-cerebro_31760223.htm#query=inteligencias%20multiples&position=7&from_view=keyword&track=ais&uuid=0d7f5e1d-c23c-41d5-8666-1cbc983f3ee6

@topconcept. (s.f.). Obtenido de https://www.freepik.es/vector-premium/parto-ilustracion-hospital-personajes-dibujos-animados-medicos-que-examinan-mujer-embarazada-antes-fondo-nacimiento-bebe_9666763.htm

^DiAmOnD^. (29 de Mayo de 2008). *¿Sabía que…*. Obtenido de Gaussianos: https://www.gaussianos.com/curiosidades-del-numero-666/

¿Qué es la Kabbalah? (9 de Febrero de 2022). Obtenido de https://www.kabbalah.com/es/articles/what-kabbalah/

１３２人目. (2005). *An illustration of* 円周率（*en:Pi*）.



Adivinario. (2023). Obtenido de La existencia negativa no manifestada: https://www.adivinario.com/cabala_61_ain_soph_aur.php

Agnosticismo. (8 de Octubre de 2023). Obtenido de wikipedia: https://es.wikipedia.org/wiki/Agnosticismo

Aish. (s.f.). *aishlatino*. Obtenido de https://aishlatino.com/el-shema-antes-de-ir-a-dormir/

aishlatino. (2023). Obtenido de ¿Existen los ángeles?: https://aishlatino.com/existen-los-angeles/

Ajuste fino del universo. (24 de Septiembre de 2023). Obtenido de https://es.wikipedia.org/wiki/Ajuste_fino_del_universo

Akiva ben Iosef. (30 de Octubre de 2023). Obtenido de wikipedia: https://es.wikipedia.org/wiki/Akiva_ben_Iosef

Alba Rock, N. (26 de Abril de 2018). *Instituto Israelí de Estudios Bíblicos*. Obtenido de Rompiendo conceptos erróneos bíblicos- Satán: Rompiendo conceptos erróneos bíblicos- Satán

Alba, A. (24 de Abril de 2018). *Universidad Complutense de Madrid. Fundación Juan March.* Obtenido de Cencias ocultas de la antigüedad y su legado. Los Senderos de la Cábala: https://www.youtube.com/watch?v=LZqwfnHGMTg

Alba, A. (22 de Abril de 2021). *Latidos Cabalísticos*. Recuperado el 2024 de Febrero de 02, de Qué es la CÁBALA · Modelos Cabalísticos · AMPARO ALBA 1/2 · Senderos de la sabiduría de la CÁBALA: https://www.youtube.com/watch?v=QU05JHOzILI

Alba, A. (22 de Abril de 2021). *Latidos Cabalísticos*. Recuperado el 2024 de Febrero de 2, de La MÍSTICA y el DIOS de los CABALISTAS · AMPARO ALBA 2/2 · Senderos de la sabiduría de la CÁBALA ·: https://www.youtube.com/watch?v=1znuHr9N80M

Alejandro. (31 de Enero de 2021). *Meditación Kabbalah*. Obtenido de https://www.mentesdequarzo.com/meditacion-kabbalah/

Alles, S. (6 de Noviembre de 2023). *Susana Alles*. Obtenido de Los 5 Niveles del Alma según la Kabbalah: Descubre la Luz Interior: https://www.youtube.com/watch?v=4ko7j7xWqPc&t=646s

Alonso, M. (25 de Octubre de 2022). *asana*. Obtenido de Insights: qué son y cómo aplicarlos a tu proyecto: Insights: qué son y cómo aplicarlos a tu proyecto

Alonzo Puig, M. (s.f.). *Mentes expertas*. Obtenido de ¿Cuál es la fórmula de la felicidad?: https://youtu.be/EqjOcljRRXo

Alonzo Puig, M. (s.f.). *motivareal*. Obtenido de https://www.instagram.com/reel/ComUtXmDlYD/



Álvarez-Nodarse, R. (24 de Abril de 2017). *Galileo y las Matemáticas del Universo.* Obtenido de https://institucional.us.es/blogimus/2017/04/galileo-y-las-matematicas-del-universo/

Anisgott. (19 de Junio de 2011). *LA SUPRACONCIENCIA*. Recuperado el 9 de Marzo de 2024, de SÍMBOLOS: https://esencianisgottcreativo.wordpress.com/2011/06/19/la-supraconciencia/

ARBRE KABBALISTIQUE. (2023). Obtenido de CARACTÉRISTIQUES DE L'ARBRE KABBALISTIQUE: https://www.france-mineraux.fr/geometrie-sacree/arbre-kabbalistique/

Arévalo Nájera, J. (s.f.). *desdelafe.mx*. Obtenido de ¿Por qué Jesús hablaba en parábolas?: https://desdelafe.mx/noticias/sabias-que/por-que-jesus-hablaba-en-parabolas/

Aron, A. (22 de Octubre de 2019). *L'amour est-il un objet scientifique ?* . Obtenido de https://www.youtube.com/watch?v=S6MYEH34Bik

arquetiposraulduran. (s.f.). Obtenido de El Árbol De La Vida En La Cábala: https://www.arquetiposraulduran.com/blog/el-arbol-de-la-vida-en-la-cabala

Arráiz, J. M. (s.f.). *https://www.infocatolica.com/blog/apologeticamundo.php/1404050617-idios-castiga-o-no-castiga*.

Artigas, M. (1995 de Junio de 28). *Cómo hacerse millonario hablando de Dios. Paul Davies, premio Templeton 1995*. Obtenido de Aceprensa, 90/95: https://www.unav.edu/web/ciencia-razon-y-fe/como-hacerse-millonario-hablando-de-dios-paul-davies-premio-templeton-1995

Ash. (2023). *Ash Latino*. Obtenido de ¿Existieron los dinosaurios según el judaísmo?: https://aishlatino.com/existieron-dinosaurios-segun-el-judaismo/

Astro Graphics. (3 de Julio de 2016). *pixabay*. Obtenido de Imagen de Eclipse, Natrure y Natural. De uso gratuito.: https://pixabay.com/es/illustrations/eclipse-sol-espacio-luna-planeta-1492818/

Author: All-free-download.com. (s.f.). Obtenido de Brain icons collection colored flat design various shapes: https://all-free-download.com/free-vector/download/brain_icons_collection_colored_flat_design_various_shapes_6833556.html

Axiomas de Peano. (21 de Agosto de 2023). Obtenido de wikipedia: https://es.wikipedia.org/wiki/Axiomas_de_Peano

Ayala, R. (12 de Octubre de 2021). *Nathional Geographic*. Obtenido de ¿Quién descubrió América antes de Cristóbal Colón?: https://www.ngenespanol.com/el-mundo/quien-descubrio-america-antes-de-cristobal-colon/



Barbouth, D. (5 de Diciembre de 1994). *IDIS*. Obtenido de Liminalidad: https://proyectoidis.org/liminalidad/#:~:text=El%20t%C3%A9rmino%20%E2%80%9Climinal%E2%80%9D%20viene%20del,tiempo%20intermediario%20entre%20dos%20sucesos.

Barfly. (2006). *Metatron's Cube (an incomplete version that does not contain valid coordinates for the dodecahedron or icosahedron).*

Barrado Navascués, D. (11 de Noviembre de 2023). *Giordano Bruno y los infinitos mundos - Cuaderno de bitácora estelar*. Obtenido de Centro Europeo de Astronomía Espacial (ESAC, Madrid): https://www.madrimasd.org/blogs/astrofisica/2015/04/29/133670

Barreiro, C. (18 de Diciembre de 2020). *elcorreo.com*. Obtenido de ¿En qué partes del cuerpo se sienten las emociones?: https://www.elcorreo.com/vivir/relaciones-humanas/partes-cuerpo-sienten-20201221163255-ntrc.html?ref=https%3A%2F%2Fwww.elcorreo.com%2Fvivir%2Frelaciones-humanas%2Fpartes-cuerpo-sienten-20201221163255-ntrc.html

BBC News. (3 de Agosto de 2018). Obtenido de "No recibirás nada": las memorias de la hija de Steve Jobs sobre la tormentosa relación con su padre: https://www.bbc.com/mundo/noticias-45052774

BBC News Mundo. (2016 de Agosto de 2016). Obtenido de Micius, el pionero satélite cuántico chino que puede revolucionar la historia de las comunicaciones del mundo: https://www.bbc.com/mundo/noticias-37064468

BBC News Mundo. (15 de Marzo de 2018). Obtenido de 4 advertencias de Stephen Hawking sobre los peligros que amenazan a la humanidad: https://www.bbc.com/mundo/noticias-43415617

Bello, E. (1 de Octubre de 2021). *La inteligencia emocional de Daniel Goleman: qué es y cómo desarrollarla*. Obtenido de https://www.iebschool.com/blog/liderazgo-inteligencia-emocional-coach-management/

Benhabib, Y., & Sabán, M. J. (2 de Mayo de 2022). *Encuentro con Mario Saban | Daat: El Conocimiento, Las 44 energías ocultas del Arbol de la Vida*. Obtenido de https://www.youtube.com/watch?v=DMCVnX99Hfc

Benzaquen, D. (s.f.). El poder de la kabbalah.

Berg, Y. (2009). *Satán, una autografía de nuestro gran oponente el ego.* Kabbalah Centre International, Inc.

Berg, Y. (2010). *Satán, una autografia de nuestro gran oponente, el ego.* ALFAOMEGA.

Bergman, S. (12 de Diciembre de 2014). *Maasé Merkabá*. Obtenido de https://blogs.infobae.com/bergman/2014/12/12/maase-merkaba/index.html



Bernabé, C. (30 de Octubre de 2018). *EL PARÁCLITO, EL ESPÍRITU DE LA VERDAD EN JUAN*. Obtenido de https://web.unican.es/campuscultural/Documents/EL%20PARACLITO%20EN%20JUAN.pdf

Bertran Prieto, P. (s.f.). *¿Qué es la Teoría M? Definición y principios*. Obtenido de https://medicoplus.com/ciencia/teoria-m

Bertran Prieto, P. (s.f.). *medicoplus*. Obtenido de ¿Qué es la radiación cósmica de fondo?: ¿Qué es la radiación cósmica de fondo?

Bertran Prieto, P. (s.f.). *medicoplus.com*. Obtenido de Las 11 dimensiones del Universo (explicadas): https://medicoplus.com/ciencia/dimensiones-universo

Bertran, P. (22 de Febrero de 2021). *Pol Bertran*. Obtenido de TEORÍA DE CUERDAS ▯ | Los Pilares del Universo de 10 Dimensiones: ¿de qué está hecha la realidad?: https://www.youtube.com/watch?v=O8ykjhQ2JSg

Bertran, P. (10 de Mayo de 2021). *Pol Bertran*. Obtenido de 11 dimensiones del Universo de las que nadie te ha hablado: https://www.youtube.com/watch?v=0cKIMArrad0

Besson, L. (Dirección). (2014). *Lucy* [Película].

BFI. (4 de Febrero de 2022). *New trailer for Jules et Jim - in cinemas from 4 February 2022 | BFI*. Obtenido de https://www.youtube.com/watch?v=X9OzdWczCfQ

Bible Unleashed. (9 de Marzo de 2022). Obtenido de Forgive: https://www.youtube.com/watch?v=1a6SvVPzc2A

biblegateway. (s.f.). Obtenido de Romanos 1:20-21: https://www.biblegateway.com/passage/?search=Romanos%201%3A20-21&version=RVR1960

bluehealthcare. (14 de Febrero de 2020). Obtenido de La oxitocina, la serotonina y la dopamina tienen mucho que ver con el enamoramiento: https://www.bluehealthcare.es/la-oxitocina-la-serotonina-y-la-dopamina-tienen-mucho-que-ver-con-el-enamoramiento/

Bogdan, G. (18 de Abril de 2005). *wikipedia*. Obtenido de Mapa de Königsberg en la época de Leonhard Euler, que muestra dónde se encontraban los siete puentes (en verde claro) y las ramas del río (en celeste).: https://es.wikipedia.org/wiki/Problema_de_los_puentes_de_K%C3%B6nigsberg#/media/Archivo:Konigsberg_bridges.png

Borb. (2006). *A tiling with Fibonacci number sized squares.*

Borges e Israel: Dialogo. (2022). Biblioteca Nacional Mariano Moreno Agüero.



Boroditsky, L. (29 de Noviembre de 2021). *Aprendamos Juntos*. Obtenido de V. Completa. Cómo la lengua configura nuestro pensamiento. L. Boroditsky, psicóloga e investigadora: https://www.youtube.com/watch?v=Qnz4Esh6WNg

Bowles, N. (27 de Agosto de 2018). *The New York Times*. Obtenido de Steve Jobs la maltrató; su hija Lisa Brennan-Jobs quiere que lo perdonemos: https://www.nytimes.com/es/2018/08/27/espanol/cultura/lisa-brennan-jobs-steve-jobs.html

BRBurton23. (s.f.). *pixabay*. Obtenido de Imagen de Alef, Hebreo y Fractal. De uso gratuito.: https://pixabay.com/es/illustrations/alef-hebreo-fractal-carta-7081983/

Break Free. (13 de Julio de 2022). Recuperado el 16 de Marzo de 2024, de ¿Que es la Gloria Shekinah de Dios? ¿Que dice la Biblia?: https://www.youtube.com/watch?v=pqHyhjISXvY

Breslov.Org . (23 de Abril de 2009). Obtenido de Sefirah of the Week: TIFERET – The Light of Truth and Peace: https://breslov.org/sefirah-of-the-week-tiferet-the-light-of-truth-and-peace/

Bretran Prieto, P. (s.f.). *medicoplus.com*. Obtenido de Cerebro de Boltzmann: ¿vivimos en una simulación?: https://medicoplus.com/ciencia/cerebro-boltzmann

Brut. (2 de Diciembre de 2020). *Que se passe-t-il dans le cerveau quand on tombe amoureux ?* Obtenido de https://www.youtube.com/watch?v=rDAXN09xISg

Budassi, P. C. (22 de Junio de 2022). *Archivo:Optica de un agujero negro.jpg*. Obtenido de Wikipedia: https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/7/7f/Optica_de_un_agujero_negro.jpg

bussolabiblica.com. (s.f.). Obtenido de O que é : Keter – Coroa, frequentemente referindo-se à mais alta das Sefirot no misticismo judaico.: https://bussolabiblica.com/glossario/o-que-e-keter-coroa-frequentemente-referindo-se-a-mais-alta-das-sefirot-no-misticismo-judaico/

By My Jewish Learning. (14 de Febrero de 2019). Obtenido de Tikkun Olam: Repairing the World: https://www.myjewishlearning.com/article/tikkun-olam-repairing-the-world/

Cábala קבלה . (17 de Enero de 2014). *El Vacio y lo Inmanifestado*. Obtenido de https://merkabbahcabala.blogspot.com/search/label/MERKABAH

Cábala קבלה . (7 de Febrero de 2020). *Cabala*. Obtenido de Equilibrio y desequilibrio en el Arbol de la Vida: https://merkabbahcabala.blogspot.com/2020/02/equilibrio-y-desequilibrio-en-el-arbol.html

Cábala קבלה. (7 de Febrero de 2020). Obtenido de https://merkabbahcabala.blogspot.com/2020/02/equilibrio-y-desequilibrio-en-el-arbol.html



Cabala. (8 de Agosto de 2012). Obtenido de Daat, la sefirá oculta: https://merkabbahcabala.blogspot.com/2012/08/daat-la-sefira-oculta.html

Cabalá. (30 de Septiembre de 2012). Obtenido de Tiferet, el centro del Arbol de la Vida : https://merkabbahcabala.blogspot.com/2012/09/tiferet-el-centro-del-arbol-de-la-vida.html

Cabala Coach. (s.f.). Recuperado el 25 de Marzo de 2023, de Conceptos Clase 12: https://www.cabalacoach.com/wp-content/uploads/2020/06/Conceptos-Clase-12.docx.pdf

Cabalá Coach. (s.f.). Obtenido de Hod - Seguridad: https://cabalacoach.com/introduccion-sefirot/hod-explicacion/

Cabala Fácil. (20 de Febrero de 2023). Recuperado el 15 de Marzo de 2024, de Explorando LA NOVENA esfera del Árbol de la Vida: YESOD: https://www.youtube.com/watch?v=dpIyhKQBdqI

cabalaparatodos.com. (s.f.). Recuperado el 14 de Diciembre de 2023, de CABALA OTROS / FRASES DE CABALA: https://cabalaparatodos.com/kabbalah-frases/

cairn. (28 de Noviembre de 2013). Obtenido de https://www.cairn.info/la-kabbale--9782130621232-page-61.htm

Cedeño, S. (9 de Mayo de 2019). *UNAM*. Obtenido de La mística y la salud mental: https://gaceta.facmed.unam.mx/index.php/2019/05/09/la-mistica-y-la-salud-mental/

Centro de Estudios de Psicología. (7 de Noviembre de 2019). Obtenido de Autoconocimiento: aprende a conocerte mejor: https://cepsicologia.com/autoconocimiento/

Centro de Kabbalah . (22 de Noviembre de 2018). Obtenido de Glosario Kabbalístico: Klipot: https://www.kabbalah.com/es/articles/klipot/

Centro de Kabbalah. (7 de Noviembre de 2018). *La Kabbalah sobre el Aná Bejóaj*. Obtenido de https://www.kabbalah.com/es/articles/kabbalah-on-ana-bekoach/

centro nanobios. (18 de Enero de 2023). Recuperado el 15 de Marzo de 2024, de ¿Shefa? la Energía que puede cambiar tu vida: https://centronanobios.com/que-es-y-para-que-sirve-la-shefa/

Chacazul. (2020). *Chacazul/Lenia*. Obtenido de https://github.com/Chakazul/Lenia

Chapán, D. R. (26 de Marzo de 2023). *Daniel R. Chapán*. Obtenido de METATRÓN: El ángel del que NADIE se atreve a hablar: https://www.youtube.com/watch?v=ncY9D590Pig



Chapman, D. R. (1 de Enero de 2023). *FRASE SECRETA milenaria para recibir y atraer todo lo que quieras [Revelación inédita desde Israel]*. Obtenido de youtube: https://www.youtube.com/watch?v=4sw3iatOqlg

chenspec. (2023). *Pixabay*. Obtenido de Imagen de Mujer, Cerebro y Decisión. De uso gratuito.: https://pixabay.com/es/illustrations/mujer-cerebro-decisi%C3%B3n-5701303/

chokmah-h2451. (s.f.). Recuperado el 15 de Enero de 2024, de https://www.lueur.org/bible/strong/chokmah-h2451

Cid, A. L. (4 de Octubre de 2017). *ANA LUISA CID*. Obtenido de Informe del FBI, ¿visitantes de otras dimensiones?: https://www.analuisacid.net/2017/10/informe-del-fbi-visitantes-de-otras.html

Cid, J. A. (17 de Febrero de 2011). *FAQ: ¿Por qu´e 0.999 . . . es igual a 1?* Obtenido de https://angelcid.webs.uvigo.es/Archivos/Papers/Diarion_Jaen_17_02_11.pdf

Ciencia, E. P. (31 de Enero de 2022). *cienciaplus*. Obtenido de Dimensiones sintéticas para entender mejor las leyes del universo: https://www.europapress.es/ciencia/laboratorio/noticia-dimensiones-sinteticas-entender-mejor-leyes-universo-20220131111119.html

Cline, E. C. (2011). *Ready Player One.* Crown Publishing Group.

clinicasabortos. (2023). Obtenido de https://www.clinicasabortos.mx/embarazo-mes-a-mes#:~:text=El%20%C3%BAtero%20comienza%20a%20aumentar,%2C%20ri%C3%B1ones%20e%20h%C3%ADgado%2C%20etc.

Clker-Free-Vector-Images. (2023). *pixabay*. Obtenido de Imagen de Hormiga, Priroda y Natrure. De uso gratuito.: https://pixabay.com/es/vectors/hormiga-escarabajo-insecto-silueta-296556/

compudanzas. (19 de Octubre de 2022). Obtenido de Reglas de Wolfram: https://compudanzas.net/reglas_de_wolfram.html#:~:text=regla%20110&text=esta%20regla%20presenta%20completitud%20de,regla%20de%20una%20manera%20estrat%C3%A9gica.

Cultination. (27 de Marzo de 2023). Obtenido de Le Scientifique NIKOLA TESLA a Brisé LE SILENCE sur l'Existence de DIEU - Documentaire: https://www.youtube.com/watch?v=49GSb2n0vP8

D Beuses, E. (s.f.). *Lo que Explica Lipton Aquí, Te Dejará con la Boca Abierta*. Obtenido de www.alcanzatussuenos.com: https://www.alcanzatussuenos.com/lo-que-explica-lipton-aqui-te-dejara-con-la-boca-abierta/



da Silva Concha, D. (Abril de 2010). *Gaceta de antropología*. Recuperado el 30 de Marzo de 2024, de Res cogitans y res extensa. La fantasía de lo real y el deseo de lo concreto: https://www.ugr.es/~pwlac/G26_10Devanir_daSilva_Concha.html

da Silveira, E. (17 de Febrero de 2018). *BBC*. Obtenido de Quién fue Giordano Bruno, el místico "visionario" quemado en la hoguera hace 418 años: https://www.bbc.com/mundo/noticias-43097025

da Vinci, L. (1492). *Da Vinci Vitruve Luc Viatour.* Galería de la Academia de Venecia, Italia.

Dagas, C. (4 de Octubre de 2023). *Psicología Transpersonal*. Obtenido de PSICOLOGíA Y CABALÁ | Charla con el Dr. Mario Saban | Sabiduría integral y transpersonal: https://www.youtube.com/watch?v=AZvzjAUggFc

Daniel. (28 de Marzo de 2021). *cabalacoach.com*. Obtenido de https://cabalacoach.com/cuenta-del-omer-2021/jesed-del-jesed/

Danielson, D. L., Satishchandran, G., & Wald, R. M. (16 de Junio de 2023). *Killing Horizons Decohere Quantum Superposition*. Obtenido de https://arxiv.org/pdf/2301.00026.pdf

Darwich, Y. (3 de Diciembre de 2015). *Hasatán*. Obtenido de El Siglo: https://www.elsiglodedurango.com.mx/noticia/2015/hasatan.html#:~:text=El%20rabino%20Yehuda%20escribe%20que,as%C3%AD%20el%20personaje%20en%20cuesti%C3%B3n.

de Guzman, T. (s.f.). *yourhighesttruth*. Recuperado el 15 de Enero de 2024, de SOYEZ SOUTENU ET GUIDÉ TOUT AU LONG DE VOTRE PROPRE PROCESSUS DE CRÉATION EN COMPRENANT L'ARBRE DE VIE DE LA KABALLAH.: https://yourhighesttruth.com/fr/blog/kabbalah-tree-of-life/

deGrasse Tyson, N. (9 de septiembre de 2022). *aarp.org*. Obtenido de La perspectiva cósmica de Neil deGrasse Tyson: https://www.aarp.org/espanol/entretenimiento/musica-cultura/info-2022/neil-degrasse-tyson-entrevista.html

despuésdelCancer. (28 de Diciembre de 2018). Obtenido de Musicoterapia: Acompañando con música las emociones de la persona que ha superado el cáncer: https://despresdelcancer.cat/index.php/musicoterapia-acompanando-con-musica-las-emociones-de-la-persona-que-ha-superado-el-cancer/?lang=es

dimensionalterna.net. (s.f.). Obtenido de Universo 25, el experimento que demostró el proceso del fin de un mundo: https://www.dimensionalterna.net/articulos/universo-25--el-experimento-que-demostro-el-proceso-del-fin-de-un-mundo

Dio Eterno. (2023). Obtenido de Migliore risposta: come si formano i 72 nomi di Dio?: https://alsina-sa.com/it/cristo-y-los-apostoles/la-mejor-respuesta-como-se-forman-los-72-nombres-de-dios.html



Discovery en Español . (1 de Octubre de 2016). Recuperado el 4 de Febrero de 2024, de ¿Qué pasa cuando mueres?: https://www.youtube.com/watch?v=E2clsno7oGY

DOMΔ. (30 de Noviembre de 2022). *LA MERKABAH & LOS 72 NOMBRES DE DIOS / Meditación guiada: SAMEJ - ALEPH - LAMED (Abundancia)* . Obtenido de https://www.youtube.com/watch?v=X3xdp4GpRpk

Dovid Dubo, N. (s.f.). *Tzimtzum*. Obtenido de https://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/361884/jewish/Tzimtzum.htm

Du Pasquier, L. G., Rudio, F., & Kraser, A. S. (1923). *archive.org.* Recuperado el 15 de Octubre de 2022, de Leonhardi Euleri Opera Omnia.Sub auspiciis cientiarum naturalium Helveticae. Digital Library of India Item 2015.160771: https://archive.org/details/in.ernet.dli.2015.160771/page/n59/mode/2up?q=Solutio+problematis+ad+geometriam

Duarte, A. (23 de Abril de 2020). *Antonio Duarte*. Recuperado el 20 de Nov de 2023, de Jesús y Nicodemo (Juan 3): https://www.youtube.com/watch?v=_eYo598QaVo

Dylan James, J. (31 de Agosto de 2012). *portalcienciayficcion*. Obtenido de ¿Existe el Libre albedrío? Las decisiones son inconscientes: https://www.youtube.com/watch?v=79-afiY8btQ

Ecclesia. (29 de Marzo de 2020). Obtenido de El Evangelio del 30 de marzo: "El que esté sin pecado, que le tire la primera piedra": https://www.cope.es/religion/vivir-la-fe/evangelio/noticias/evangelio-del-marzo-que-este-sin-pecado-que-tire-primera-piedra-20200330_660278#:~:text=%C2%ABEl%20que%20est%C3%A9%20sin%20pecado,medio%2C%20que%20segu%C3%ADa%20all%C3%AD%20delante.

Ecuación de Schrödinger. (11 de Septiembre de 2023). Obtenido de wikipedia: https://es.wikipedia.org/wiki/Ecuaci%C3%B3n_de_Schr%C3%B6dinger#:~:text=La%20ecuaci%C3%B3n%20de%20Schr%C3%B6dinger%20es,o%20la%20de%20Klein%2DGordon)

Edelberg, D. (9 de Septiembre de 2013). *Judios y Judaismo*. Obtenido de PaRDeS y la Interpretación de la Biblia – Un Huerto Lleno de Deliciosas Palabras: https://www.judiosyjudaismo.com/2013/07/pardes-y-la-interpretacion-de-la-biblia-un-huerto-lleno-de-deliciosas-palabras/

Edidin Scolnic, B. (s.f.). *Why Do We Sing the Song o f Songs on Passover?* Obtenido de https://www.rabbinicalassembly.org/sites/default/files/public/jewish-law/holidays/pesah/why-do-we-sing-the-song-of-songs-on-passover.pdf

Eggen, B. (s.f.). *Croire que DIEU EXISTE, ce n'est PAS STUPIDE !* Obtenido de https://www.youtube.com/watch?v=5f4LDxmJXRQ



El alfabeto hebreo interpretado a la luz de la estrella de David. (18 de Septiembre de 2020). Recuperado el 18 de Marzo de 2024, de wikipedia: https://es.wikipedia.org/wiki/Idioma_hebreo#/media/Archivo:Alphabet_Hebrew.svg

El Confidencial. (2 de Octubre de 2021). *El Confidencial*. Obtenido de El acertijo matemático de TikTok que unos ingenieros tienen problemas en resolver: https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/2021-10-02/acertijo-tiktok-ingenieros-problemas-resolver_3299397/

El Confidencial. (1 de Febrero de 2023). *El Confidencial*. Obtenido de "¿Qué escuchas?" El acertijo sonoro de TikTok que se ha vuelto viral: https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/2023-02-01/reto-viral-tiktok-que-confunde-a-los-internautas_3565559/

enlacejudio.com. (10 de Febrero de 2021). Recuperado el 12 de Enero de 2024, de Jojmá, tenuvá y da’at. La creación del mundo según el judaísmo: https://www.enlacejudio.com/2021/02/10/jojma-tenuva-y-daat-la-creacion-del-mundo-segun-el-judaismo/

escherinhetpaleis.nl. (14 de Julio de 2018). Recuperado el 7 de Febrero de 2024, de Escher, M.C. Circle Limit IV (Heaven and Hell), woodcut in ochre and black, printed from two blocks, Julio 1960: https://www.escherinhetpaleis.nl/escher-today/circle-limit-iv-heaven-and-hell/?lang=en

Esqueda, O. (16 de Enero de 2020). *The Good Book Blog*. Obtenido de La fe y las obras siempre van juntas: https://www.biola.edu/blogs/good-book-blog/2020/la-fe-y-las-obras-siempre-van-juntas

Etz Jaim (Libro). (27 de Diciembre de 2020). Obtenido de wikipedia: https://es.wikipedia.org/wiki/Etz_Jaim_(libro)

European Southern Observatory (ESO). (14 de Abril de 2019). *Wikipedia*. Obtenido de Archivo:Black hole - Messier 87 crop max res.jpg: https://es.wikipedia.org/wiki/Archivo:Black_hole_-_Messier_87_crop_max_res.jpg

Evangelio de Tomás. (27 de Diciembre de 2017). Obtenido de wikipedia: https://es.wikisource.org/wiki/Evangelio_de_Tom%C3%A1s

Evolución desde las cifras usadas en la numeración brahmi hasta las modernas cifras arábigas. (10 de Mayo de 2019). Obtenido de wikipedia: https://es.wikipedia.org/wiki/Cifras_ar%C3%A1bigas#/media/Archivo:The_Brahmi_numeral_system_and_its_descendants.png

Ezquer Espin, J. J. (s.f.). *AIU*. Recuperado el 7 de Noviembre de 2023, de La Tradicion Religiosa de Sumeria: https://www.aiu.edu/spanish/la-tradicion-religiosa-de-sumeria.html



Farid, & Diego. (16 de Agosto de 2021). *Youtube*. Obtenido de Farid y Diego: https://www.youtube.com/watch?v=Le_Jy7cRlk8

Fe razonable. (s.f.). Obtenido de Dios y las Matemáticas: https://www.youtube.com/watch?v=s3kHGGtF6S4

Fenrir. (24 de Abril de 2019). *La leyenda de Darwan*. Obtenido de Física: espuma cuántica y átomos del espacio-tiempo: https://laleyendadedarwan.es/2019/04/22/fisica-espuma-cuantica-y-atomos-del-espacio-tiempo/

Filosofía Cliché. (2021). *¿QUÉ es el #PENSAMIENTO? la RESPUESTA del padre de la LÒGICA MODERNA te SORPRENDERÁ!!!* Obtenido de https://www.youtube.com/watch?v=Sh3NrBPF7LE

Filosofía Judía. (25 de Agosto de 2023). Recuperado el 16 de Marzo de 2024, de Haz Teshuva y vuelve a tu esencia: conociendo quién eres: https://www.youtube.com/watch?v=StJ5qbyLtDU

Fision, D. (3 de Marzo de 2022). *Muy Interesante*. Obtenido de Un equipo de físicos crea dimensiones sintéticas: https://www.muyinteresante.es/ciencia/17188.html

Freeman, T. (s.f.). *Daat*. Obtenido de https://es.chabad.org/library/article_cdo/aid/2289367/jewish/Daat.htm

FreeMann, S. (20 de Agosto de 2020). *Da'ath*. Obtenido de https://www.kabbale.eu/da-ath/

FreeMann, S., & Guénon, R. (2 de Mayo de 2008). *Spartakus FreeMann, Le Nom de 72 Lettres ou Les 72 Noms de Dieu de la Kabbale (texte intégral)*. Obtenido de http://elkorg-projects.blogspot.com/2008/05/spartakus-freemann-le-nom-de-72-lettres.html

Frege, G. (1962). *Estudios sobre semántica. .* EDICIONES ORBIS, S.A. 1984.

Función holomorfa. (11 de Noviembre de 2023). Obtenido de wikipedia: https://es.wikipedia.org/wiki/Funci%C3%B3n_holomorfa

fundacionaquae.org. (s.f.). Obtenido de Hipatia de Alejandría, la primera mujer matemática: https://www.fundacionaquae.org/hipatia-de-alejandria/

Gabriela. (s.f.). Obtenido de https://simbologiadelmundo.com/cabala/72-nombres-de-dios/

Galea, B. (1 de Septiembre de 2021). *Realtime 2D Gravity Simulation*. Obtenido de https://www.youtube.com/watch?v=GjbcvqEOIuE

galeinai.org. (s.f.). Recuperado el 2023, de https://galeinai.org/estudios/cabala/nivel-avanzado/nivel-1-avanzado/los-mundos/or-ein-sof-la-luz-infinita-de-dios/

Galilie Galilei. (s.f.). Obtenido de wikipedia: https://es.wikipedia.org/wiki/Galileo_Galilei



Galindo, B. A., & Penrose, R. (18 de Noviembre de 2015). *Bertha Alicia Galindo*. Recuperado el 6 de Febrero de 2024, de "No creo que el Universo comenzó con el Big Bang...".Sir Roger Penrose: https://www.youtube.com/watch?v=iP22Dd9GP4U

Garay, J. (9 de Mayo de 2023). *Wired*. Recuperado el 30 de Marzo de 2024, de Las plantas tienen un secreto para conducir electricidad que podría revolucionar la ciencia de la energía: https://es.wired.com/articulos/estudio-de-la-fotosiantesis-podria-revolucionar-la-energia

García Luaces, P. (2 de Agosto de 2017). *https://www.lavanguardia.com/*. Obtenido de La gran epidemia medieval: https://www.lavanguardia.com/historiayvida/edad-media/20170306/47310452522/la-gran-epidemia-medieval.html

García, J. (22 de Noviembre de 2014). *Javier García*. Obtenido de La mecánica cuántica del cerebro: https://www.youtube.com/watch?v=BZyPBdVdv9E

Gavilan Abundancia, S., & Saban, M. (14 de Noviembre de 2023). *Samuel Gavilan Abundancia*. Recuperado el 2 de Abril de 2024, de Cambia tu vida a través de la Kabbalah || @MarioSabanCabala Mario Saban: https://www.youtube.com/watch?v=D_CIHKeVrzM&t=30s

Gel, E. (s.f.). *The Wild Project #221 ft Javi Santaolalla & Enric Gel | ¿Puede DIOS existir?, Cuántica y Multiversos*. Obtenido de ¿Dios existe? el sorprendente argumento de un filósofo que te dejará sin palabras: https://www.youtube.com/shorts/uXAEz_MNIEw?feature=share

Gelly, V. (27 de Agosto de 2010). *psychologies*. Obtenido de Tendance kabbale: https://www.psychologies.com/Culture/Spiritualites/Pratiques-spirituelles/Articles-et-Dossiers/Tendance-kabbale

Gematría, w. (. (s.f.). *Gematría.*

Gendi, K. (20 de Septiembre de 2021). *@karingendi*. Obtenido de TikTok: https://www.tiktok.com/@karingendi/video/7010243639997697286?lang=es

Gerez Levy, P. (26 de Marzo de 2020). *www.travesiasdigital.com*. Obtenido de Esta es la Biblioteca de Alejandría (un recorrido virtual por la capital del conocimiento): https://www.travesiasdigital.com/destinos/biblioteca-de-alejandria-egipto/

Ghosh, P. (10 de Abril de 2019). *Así es la primera foto de un agujero negro, captada por el Event Horizon Telescope: "Un absoluto monstruo" tres millones de veces más grande que la Tierra*. Obtenido de https://www.bbc.com/mundo/noticias-47880446

Gilad, M. (18 de Agosto de 2021). *Haaretz*. Obtenido de The (Very) Brief History of Dinosaurs in the Holy Land: https://www.haaretz.com/israel-news/2021-08-18/ty-article-magazine/a-very-brief-history-of-dinosaurs-in-the-holy-land/0000017f-e796-dea7-adff-f7ff27340000



Giménez, A. (18 de Septiembre de 2023). *Diario Judio, diario de la vida judía de México y el Mundo*. Obtenido de ¿Qué significa la estrella de David?: https://diariojudio.com/opinion/que-significa-la-estrella-de-david/449802/

Ginsburgh. (s.f.). *Tiferet "BELLEZA"*. Obtenido de Cabalá y Jasidut: https://galeinai.org/cabala-y-jasidut/tiferet-belleza/

Ginsburgh, Y. (2012). *Luz sin fin אור אין סוף*. Obtenido de oreinsof: https://oreinsof.com/infinita/

Gleason, A. (s.f.). *Enlace judío*. Obtenido de ¿Qué son las Mitzvot? A qué nos referimos cuando hablamos de "mandato divino": https://www.enlacejudio.com/2021/08/11/que-son-las-mitzvot-a-que-nos-referimos-cuando-hablamos-de-mandato-divino/

Goetschel, R. (s.f.). *Université de Paris-Sorbonne (Paris IV)*. Obtenido de LA JÉRUSALEM DES MYSTIQUES: http://files.eshkolot.ru/goeltschel.pdf

Goleman, D. (1998). *La práctica de la inteligencia emocional.* Editorial Kairós.

Goleman, D. (5 de Noviembre de 2018). *Versión Completa. Los beneficios de la inteligencia*. Obtenido de youtube: https://www.youtube.com/watch?v=k6Op1gHtdoo

Goleman, D. (2021). *Inteligencia emocional.* Kairos.

Gómez Aguilar, E. (19 de Septiembre de 2022). *Linked in*. Obtenido de 10 técnicas de programación neurolingüística, descripción y ejemplos.: https://es.linkedin.com/pulse/10-t%C3%A9cnicas-de-programaci%C3%B3n-neuroling%C3%BC%C3%ADstica-y-g%C3%B3mez-aguilar

Google. (2023). Obtenido de Books Ngram Viewer, ngrams: https://books.google.com/ngrams/graph?content=amor%2Csentimiento%2Cemoci%C3%B3n%2Cpasi%C3%B3n&year_start=1990&year_end=2019&corpus=es-2019&smoothing=0&case_insensitive=true

Gozlan, A. (2018). *Secretos del Zohar.*

Grady, M. (19 de Marzo de 2021). *¿Puede la física demostrar la existencia de Dios?* Obtenido de https://www.bbc.com/mundo/vert-fut-56275283.amp

Grady, M. (3 de Abril de 2021). *A ciência é capaz de comprovar a existência de Deus?* Obtenido de https://www.bbc.com/portuguese/vert-fut-56444617

Grinberg, J. (28 de Julio de 2016). *carlos lewen*. Obtenido de Conciencia: https://www.youtube.com/watch?v=5yGU4NK3gVM

Grinberg-Zylberbaum, J. (1991). *La Teoria Sintergica.* UNAM.



H. Lipton, B. (s.f.). *La Biología de la Creencia. Laliberacion de la conciencia, la materia y los milagros.* Palmyra, 4ta. Edición.

Hackford, T. (Dirección). (1997). *The Devil's Advocate* [Película]. Estados Unidos: Warner Bros, HBO max.

Hameroff, S. R., & Penrose, R. (2014). *Physics of Life Reviews 11: 39-78, 2014, doi:10.1016/j.plrev.2013.08.002*. Recuperado el 30 de Marzo de 2024, de “Consciousness in the universe: A review of the ‘Orch OR’ theory,”: http://dx.doi.org/10.1016/j.plrev.2013.08.002

Hara, L. A. (23 de Octubre de 2023). *Pijamasurf*. Obtenido de ¿POR QUÉ LAS PERSONAS INTELIGENTES NO USAN SMARTPHONES?: https://pijamasurf.com/2023/10/por_que_las_personas_inteligentes_no_usan_smartphones/

hassidout. (20 de Noviembre de 2019). *hassidout*. Obtenido de Les Concepts de la ‘Hassidout : La signification des Sefirot: https://hassidout.org/les-concepts-de-la-hassidout-la-signification-des-sefirot/

Hernández, C., & Ruzzarin, D. (12 de Mayo de 2022). *¿Por qué crees lo que crees?* Obtenido de César Hernández/Esquizofrenia Natural : https://www.youtube.com/watch?v=bVYZGpvc9QQ&t=1292s

Hernández, C., & Ruzzarin, D. (12 de Mayo de 2022). *¿Por qué crees lo que crees?* Obtenido de César Hernández/Esquizofrenia Natural: https://www.youtube.com/watch?v=bVYZGpvc9QQ&t=790s

Hernández, J. (20 de Enero de 2023). *Actualidad*. Obtenido de El extraño correo que Steve Jobs envió un año antes de morir: https://as.com/actualidad/el-extrano-correo-que-steve-jobs-envio-un-ano-antes-de-morir-n/#:~:text=Yo%20no%20invent%C3%A9%20el%20transistor,mi%20vida%20y%20mi%20bienestar%E2%80%9D.

HIJOS DE OROBRIZ. (2023). Obtenido de Estrella de David: significado, propiedades e historia: https://orobriz.es/estrella-de-david-significado/#:~:text=La%20estrella%20de%20David%20es%20una%20estrella%20de%20seis%20puntas,l%C3%A1pidas%2C%20amuletos%20y%20otros%20lugares.

History Latinoamerica. (30 de Enero de 2024). Recuperado el 4 de Febrero de 2024, de ALMA FOTOGRAFIADA EN UN ACCIDENTE – ALIENÍGENAS ANCESTRALES : https://www.youtube.com/watch?v=54B9lkQ84SQ



Hod, la sefirá de la mente concreta. (s.f.). Obtenido de “El Todo es Mente. El Universo es Mental”, El Kybalion: https://merkabbahcabala.blogspot.com/2012/11/hod-la-sefira-de-la-mente-concreta.html?m=1

Holistico. (s.f.). Obtenido de Oración “Ana Becoach “: https://holistico.es/la-oracion-cabalistica-mas-poderosa-ana-becoaj/

holybiblia. (2023). *¿Qué es el tetragrama? ¿Qué significa YHWH?* Obtenido de https://holybiblia.com/que-es-el-tetragrama-que-significa-yhwh/

Homo Sapiens. (13 de Noviembre de 2023). Obtenido de Wikipedia: https://es.wikipedia.org/wiki/Homo_sapiens#:~:text=Los%20restos%20m%C3%A1s%20antiguos%20atribuidos,165%20000%20a%C3%B1os%20de%20antig%C3%BCedad.

https://www.sefaria.org/. (s.f.). Recuperado el 2023, de https://www.sefaria.org/Chagigah.12b.1?lang=bi

Hypercube. (8 de Marzo de 2021). Obtenido de wikipedia: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Hypercube.svg

Idioma hebreo. (11 de Marzo de 2024). Recuperado el 18 de Marzo de 2024, de wikipedia: https://es.wikipedia.org/wiki/Idioma_hebreo

idixa. (s.f.). Recuperado el 8 de Enero de 2024, de Première sefira : Keter: https://www.idixa.net/Pixa/pagixa-0512171624.html

idixa.net. (s.f.). Recuperado el 20 de Enero de 2024, de Sefira intermédiaire : Daat: https://www.idixa.net/Pixa/pagixa-0512171742.html

idixie. (s.f.). Obtenido de Sixième sefira : Tiferet: https://www.idixa.net/Pixa/pagixa-0512171745.html

inatal. (2023). Obtenido de https://inatal.org/el-embarazo/semana-a-semana/254-semana-26-de-embarazo.html#:~:text=El%20feto%20tiene%20ciclos%20de,ser%20m%C3%A1s%20intensos%20y%20coordinados.

Jabad. (2023). Obtenido de 11.Entrar en Paz Salir en Paz: https://es.chabad.org/library/article_cdo/aid/677077/jewish/11Entrar-en-Paz-Salir-en-Paz.htm

Jacobo Grinberg. (3 de Noviembre de 2023). Obtenido de wikipedia: https://es.wikipedia.org/wiki/Jacobo_Grinberg

Jepense. (10 de Mayo de 2020). Obtenido de Les 10 Sephiroth de l’arbre de vie et leur signification: https://www.jepense.org/10-sephiroth-arbre-de-vie-signification/



JePense.org. (10 de Mayo de 2020). Obtenido de A la recherche de la vérité...Les 10 Sephiroth de l'arbre de vie et leur signification: https://www.jepense.org/10-sephiroth-arbre-de-vie-signification/

José-Elias, & Math-Rocks. (19 de Mayo de 2020). *Math Rocks*. Obtenido de WOLFRAM: La NUEVA TEORÍA del TODO? [El SUEÑO de HAWKING se VUELVE REALIDAD]: https://www.youtube.com/watch?v=JgWw2GTqs-E

Juárez Ortiz, P. (23 de Septiembre de 2019). *infobae*. Obtenido de ¿El universo es un holograma?: la teoría más controvertida sobre el cosmos debería tomarse en serio: https://www.infobae.com/america/mexico/2019/09/23/el-universo-es-un-holograma-la-teoria-mas-controvertida-sobre-el-cosmos-deberia-tomarse-en-serio/

Juarez, C. (3 de Marzo de 2020). *Las 75 mejores frases de Nikola Tesla*. Obtenido de https://psicologiaymente.com/reflexiones/frases-nikola-tesla

Judaísmo, Judaísmo ABC. (14 de Abril de 2020). Obtenido de ¿Qué es la Kabalá? Todo lo que necesitas saber: https://www.enlacejudio.com/2020/04/14/que-es-la-kabala-todo-lo-que-necesitas-saber/

JUIF. (10 de Julio de 2020). Obtenido de GEOGRAPHIE, GUEMATRIA, KABBALAH: https://zionkabbalah.com/tag/534/

Jungreis-Wolf, S. (s.f.). *Cómo mejorar tu inteligencia emocional*. Obtenido de https://kabbalistas.cl/2021/05/03/como-mejorar-tu-inteligencia-emocional/

Kabalah renovada. (2015). Obtenido de Los niveles del Alma: https://www.kabalahrenovada.com/introduccion-a-la-kabalah/niveles-del-alma/

kabalahrenovada.com. (2016). Recuperado el 15 de Marzo de 2024, de Shefa: https://www.kabalahrenovada.com/shefa-energia-de-sustento/

Kabbalah. (2017). Obtenido de La importancia de alimentar el alma: https://www.kabbalah.com/es/articles/terumah-the-importance-of-feeding-the-soul/

Kabbalah Magazine Vol. 5, segunda edición. (2000).

kabbalah.com. (2000). Obtenido de La salud y el bienestar de la humanidad: https://www.kabbalah.com/es/articles/the-health-and-welfare-of-mankind/

kabbalah.com. (19 de Mayo de 2014). Obtenido de Alcanzar tu máximo potencial: https://www.kabbalah.com/es/articles/reaching-your-full-potential/

kabbalah.info. (s.f.). Recuperado el 12 de Enero de 2024, de 149. Por qué tenemos que atraer el estado de Jojmá: http://www.kabbalah.info/es/biblioteca/baal-hasulam-artículos-de-shamati/149-por-qué-tenemos-que-atraer-el-estado-de-jojmá



kabbalah.info. (s.f.). Obtenido de ¿Quién escribió el Zóhar y cuándo?: http://www.kabbalah.info/es/el-libro-del-zohar/cinco-puntos-que-debes-conocer-del-zohar/3-%C2%BFqui%C3%A9n-escribi%C3%B3-el-z%C3%B3har-y-cu%C3%A1ndo

Kaku, M. (2021). *La ecuación de Dios, La búsqueda de una teoría del todo.*

Karlsson, T., & Moon, E. (13 de Enero de 2017). *La Sephira Géburah et l'origine du Mal*. Obtenido de Qabalah, Qliphoth and Goetic Magic: https://www.chaosophie.net/2016/11/la-sephira-geburah-et-lorigine-du-mal/

Kemelmajer, C. (s.f.). *CONICET, Informe especial No. 8*. Obtenido de Los bordes de la ciencia: conexiones entre la matemática y la kabbalah o la regeneración celular y la meditación: https://www.conicet.gov.ar/wp-content/uploads/08_Informe_Especial_Los-bordes-de-la-ciencia.pdf

Klein, A., & Zoppi, L. (4 de Noviembre de 2020). *Medical News Today*. Obtenido de What is music therapy, and how does it work?: Alex Klein, PsyD — By Lois Zoppi

Kramer, J. (2016). *tora.org*. Recuperado el 11 de Marzo de 2024, de 5) Jojmá y Biná: Los poderes del intelecto [4]: https://www.tora.org.ar/5-jojma-y-bina-los-poderes-del-intelecto-4/

Kramer, L. (29 de Marzo de 2023). *The Other Side NDE*. Recuperado el 4 de Febrero de 2024, de Clinically Dead 14 Minutes; Doctor Spends 5 Years In The Afterlife (Shocking NDE): https://www.youtube.com/watch?v=B7CA1NLR1w0

Kremnizer, R. (s.f.). *shabad.org*. Recuperado el 19 de Diciembre de 2023, de Yeridah (Descent) for Aliyah (Ascent): https://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/80898/jewish/Yeridah-Descent-for-Aliyah-Ascent.htm

La Cabala. (23 de Octubre de 2023). Obtenido de http://cabala.org/articoli/72nomi.shtml

La cábala y las matemáticas. (s.f.). Obtenido de https://laroussemagazine.mx/la-cabala-y-las-matematicas/

La Ciencia de la Cabalá . (s.f.). Obtenido de http://www.kabbalah.info/es/biblioteca/laitman-art%C3%ADculos/la-ciencia-de-la-cabal%C3%A1

La Ciencia de la Kabbalah. (s.f.). Obtenido de https://lacienciadelakabbalah.wordpress.com/2018/01/11/cabala-12-jesed-y-gevura-doble-enfoque/

La dichosa palabra. (22 de Agosto de 2022). Obtenido de Temporada 20. Programa 14: https://www.youtube.com/watch?v=_gLnnKfmgBM&list=PLHXFQrHFFd_WR7fyx5vMMz6PeyLREYg



La Razón. (9 de Mayo de 2023). *El prestigioso físico teórico Michio Kaku asegura que puede demostrar la existencia de Dios*. Obtenido de https://www.larazon.es/religion/prestigioso-fisico-teorico-michio-kaku-asegura-que-puede-demostrar-existencia-dios_20230509645a86272e790c0001b18a75.html

La tierra es redonda. (s.f.). Obtenido de https://www.educa.jcyl.es/educacyl/cm/gallery/Recursos%20Infinity/tematicas/colon_vcentenario/quien/latierra.html#:~:text=Hasta%20hace%20menos%20de%20500,terrestre%20en%20unos%2039.700%20Kms.

La vanguardia. (2 de Enero de 2020). Obtenido de China logra comunicación cuántica desde el espacio a una estación móvil: https://www.lavanguardia.com/vida/20200102/472672468094/china-logra-comunicacion-cuantica-desde-el-espacio-a-una-estacion-movil.html

LadySoft. (22 de Mayo de 2023). Obtenido de 3 TIPS PARA CULTIVAR EL AUTOCONOCIMIENTO: https://www.ladysoft.cl/juntas-en-todos-los-ciclos/3-tips-para-cultivar-el-autoconocimiento#:~:text=Busca%20feedback%20y%20retroalimentaci%C3%B3n,y%20sobre%20c%C3%B3mo%20te%20perciben.

Laitman. (14 de Julio de 2017). *laitman.com*. Recuperado el 8 de Enero de 2024, de The Ten Sefirot – The Foundation Of The Creation: https://laitman.com/2017/07/the-ten-sefirot-the-foundation-of-the-creation/#gsc.tab=0

Laitman, M. (2021). *Quora*. Obtenido de https://es.quora.com/Cu%C3%A1l-es-el-significado-de-gematr%C3%ADa

Laitman, M. (s.f.). *Cabalá, Bnei Baruj*. Obtenido de El lenguaje de los Cabalistas: http://www.kabbalah.info/es/biblioteca/laitman-art%C3%ADculos/el-lenguaje-de-los-cabalistas

lamed.fr. (s.f.). Recuperado el 8 de Enero de 2023, de Kéter se manifeste dans le monde comme une “volonté” inexplicable qui va au-delà de la raison ou de la cause et de l’effet.: https://www.lamed.fr/index.php?id=1&art=1191

Largos C., F. (s.f.). *El poder secreto de la cábala. Conocimiento oculto aplicado a la fuerza personal.* Editorial yug.

Larrosa, F. C. (2014). *El poder secreto de la Cabalá.* Anasuya.

Las 3 columnas o pilares. (2023). Obtenido de Adivinario: https://www.adivinario.com/cabala_60_columnas.php

Lazarovici, D. (27 de Julio de 2023). *Why the Book of Nature is Written in the Language of Mathematics*. Obtenido de http://philsci-archive.pitt.edu/22343/1/Lazarovici%20-%20Book%20of%20Nature.pdf



LE CADUCÉE ET L'ARBRE DE VIE. (s.f.). Recuperado el 13 de Marzo de 2024, de https://www.greekmyths-interpretation.com/wp-content/uploads/2019/09/Le-Caduc%C3%A9e-et-lArbre-de-Vie-Descriptif.pdf

Le Mat, J. (s.f.). *L'UNIVERS SYMBOLIQUE DE LA KABBALE*. Obtenido de https://www.maresaudade.org/index.php/disciplinas-hermeticas-kabbalah?task=download.send&id=76&catid=41&m=0

Leary, M., & Schrader, J. (8 de Septirmbre de 2020). *¿Qué es el ego y por qué está tan involucrado en mi vida?* Obtenido de Psychology today: https://www.psychologytoday.com/mx/blog/que-es-el-ego-y-por-que-esta-tan-involucrado-en-mi-vida

Leiberman, C. (s.f.). *lamed.fr*. Recuperado el 21 de Enero de 2024, de La troisième des dix Sefirot - daat - permet aux éclairs d'inspiration, une fois traités par la binah, d'être exécutés.: https://www.lamed.fr/index.php?id=1&art=1036

Leiberman, S. (s.f.). *aish*. Obtenido de Of the Ten Sefirot, tiferet -- which literally means "beauty" or "glory" -- is the most central as it mediates between chesed ("kindness") and gevurah ("strength").: https://aish.com/48965381/

Leiberman, S. (s.f.). *aish latino*. Obtenido de Cábala 20 – Netzaj y Hod – Medios Para un Fin: https://aishlatino.com/netzaj-y-hod/

Leiberman, S. (s.f.). *aishlatino*. Obtenido de Cábala 24 - Kéter: La Sefirá que No Es Sefirá: https://aishlatino.com/keter/

Leiverman, s. (s.f.). Obtenido de https://aishlatino.com/tiferet/

Lev, I. (6 de Noviembre de 2022). *TIKUN OLAM - Isaac Lev*. Obtenido de PERGAMINO JUDIO de Ucrania del 1806 revela la identidad del MESIAS‼: https://www.youtube.com/watch?v=SlxuOcMDS5Y

Leyes de Lanchester. (30 de Agosto de 2019). Obtenido de wikipedia: https://es.wikipedia.org/wiki/Leyes_de_Lanchester

Liberman, s. (s.f.). *Biná: El procesamiento de la sabiduría*. Obtenido de https://aishlatino.com/bina/

Library. (s.f.). Obtenido de DAATH EL CONOCIMIENTO: https://1library.co/article/daath-el-conocimiento-la-cabala.ye3gk74q

Lieber, L. S. (10 de Noviembre de 2020). *Canopy Forum*. Obtenido de Law as Love-Song: https://canopyforum.org/2020/11/10/law-as-love-song/

linebranding. (4 de Febrero de 2023). Obtenido de Las Redes Sociales y su influencia en la actualidad: https://www.linebranding.com/las-redes-sociales-y-su-influencia-en-la-actualidad/#:~:text=Actualmente%20las%20redes%20sociales%20se,e%20incluso%20en%20temas%20políticos.

Lizorkin-Eyzenberg, E. (s.f.). *eteacher biblical*. Recuperado el 1 de Noviembre de 2023, de "Es árbol de vida..." (Proverbios 3:18) Aprende Hebreo Bíblico en línea: https://lp.eteacherbiblical.com/lp_biblical_hebrew_tu_bishvat-es.html?blog=1

Looz, M. (26 de Julio de 2018). *Tu arbol de vida*. Obtenido de Los cuatro mundos de la cábala: https://www.tuarboldevida.com/noticia/los-cuatro-mundos-de-la-cabala

Looz, M. (26 de Julio de 2018). *www.tuarboldevida.com*. Obtenido de Los cuatro mundos de la cábala: https://www.tuarboldevida.com/noticia/los-cuatro-mundos-de-la-cabala

Luc Benson (Productor), Ritchie, G. (Escritor), & Guy Ritchie (Dirección). (2005). *Revolver* [Película]. Reino Unido.

Luis de Molina. (29 de Abril de 2023). Obtenido de Wikipedia: https://es.wikipedia.org/wiki/Luis_de_Molina

luisyep. (29 de Julio de 219). *Ingeneieriabasica.es*. Obtenido de El problema de los puentes de Königsberg: https://ingenieriabasica.es/el-problema-de-los-puentes-de-konigsberg/

macrovector. (s.f.). Obtenido de https://www.freepik.es/vector-gratis/fondo-ideas-exitosas_1048531.htm#query=brain&position=41&from_view=search&track=sph&uuid=930a2a09-290a-4aa2-9b10-aeb57d08f262

mahashivratri. (s.f.). Recuperado el 13 de Marzo de 2024, de L’histoire Du Troisième Oeil De Shiva Et Sa Symbolique Cachée: https://isha.sadhguru.org/mahashivratri/fr/shiva/shivas-third-eye-its-hidden-symbolism/

Malaver, J. A. (21 de Frebrero de 2021). *Medium*. Recuperado el 204, de The Gambler’s Ruin Problem: https://towardsdatascience.com/the-gamblers-ruin-problem-9c97a7747171

Malaver, J. A. (21 de Febrero de 2021). *Medium*. Recuperado el 16 de Marzo de 2024, de The Gambler’s Ruin Problem: https://towardsdatascience.com/the-gamblers-ruin-problem-9c97a7747171

Marchetti, F. (30 de Agosto de 2023). *Dr. Francisco Marchetti - Creación y Cábala*. Recuperado el 16 de Marzo de 2024, de https://www.youtube.com/watch?v=4JERuztDya8

Marchetti, F. (13 de Abril de 2023). *Mario Sabán*. Obtenido de TIFÉRET, nuevo libro de Francisco Marchetti /Presenta Mario Sabán: https://www.youtube.com/watch?v=ZmIA0WnIsBs



marcinchains. (2 de Marzo de 2011). *Sefirot*. Recuperado el 13 de Enero de 2024, de Prefiero morir de pie, que vivir siempre de rodillas: https://marcinchains.wordpress.com/2011/03/02/sefirot/

Martín Fernández, J. (19 de Agosto de 2021). *Washingtong Post*. Obtenido de Lo que el reggaetón podría explicarnos acerca de la enfermedad de Parkinson: https://www.washingtonpost.com/es/post-opinion/2021/08/19/reaggaeton-parkinson-estudio-musica-actividad-cerebral/

Martín Fernández, J., Burunat, I., Modroño, C., & González Mora, J. L. (Enero de 2021). *Music Style Not Only Modulates the Auditory Cortex, but Also Motor Related Areas*. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/348567427_Music_Style_Not_Only_Modulates_the_Auditory_Cortex_but_Also_Motor_Related_Areas

Martínez de la Fe, E. (16 de Febrero de 2022). *www.levante-emv.com*. Obtenido de Una nueva fórmula podría demostrar que vivimos en un universo holográfico: https://www.levante-emv.com/tendencias21/2022/02/16/nueva-formula-demostrar-vivimos-universo-62773886.html#:~:text=La%20hip%C3%B3tesis%20del%20universo%20hologr%C3%A1fico,cine%20una%20pel%C3%ADcula%20en%203D.

Martinez gallardo, A. (23 de Julio de 2015). *pijamasurf.com*. Obtenido de Tzimtzum, la creación del universo según la Cábala: https://pijamasurf.com/2015/07/tzimtzum-la-creacion-del-universo-segun-la-cabala/

Martínez Noriega, D. A. (Agosto de 2014). *Música, imagen y sexualidad: el reggaetón y las asimetrías de género*. Obtenido de https://www.redalyc.org/pdf/325/32531428010.pdf

Marttinez de la Fe, E. (12 de Mayo de 2023). *¿Se observa el universo a sí mismo? Los agujeros negros serían los ojos de la realidad cósmica*. Obtenido de Una nueva investigación sugiere que podrían ser los observadores necesarios para que el universo exista: https://www.levante-emv.com/tendencias21/2023/05/08/observa-universo-agujeros-negros-serian-87013358.html#:~:text=Una%20nueva%20investigaci%C3%B3n%20ha%20deducido,realidad%20que%20constituye%20el%20universo.

masuah.org. (s.f.). *PIRKEI AVOT “TRATADO DE LOS PRINCIPIOS” Capítulo 4*. Recuperado el 14 de Diciembre de 2023, de MISHNA 1: https://www.masuah.org/Mishna/PIRKEI%20AVOT/pirkei_avot_c4.htm

MATEMOLIVARES. (31 de Marzo de 2019). Obtenido de El cuaderno perdido de Ramanujan: https://matemolivares.blogia.com/2019/033106-el-cuaderno-perdido-de-ramanujan-.php#:~:text=El%20cuaderno%20perdido%20de%20Ramanujan%20es%20el%20manuscrito%20en%20el,Andrews%20lo%20redescubri%C3%B3%20en%201976.



MathRocks. (5 de Noviembre de 2023). Obtenido de EL Manuscrito Perdido de RAMANUJAN que REVOLUCIONÓ el Mundo: https://www.youtube.com/watch?v=IxG8bUywQwU

Mcalpine, K. J. (14 de Agosto de 2020). *The Brink*. Obtenido de From Ant Brains, Seeking New Lessons about Human Behavior and Society: https://www.bu.edu/articles/2020/from-ant-brains-seeking-new-lessons-about-human-behavior-and-society/

méditation MerKaBa . (12 de Abril de 2023). Obtenido de Libération planétaire et Ascension: https://www.youtube.com/watch?v=T2RoOZSE7dI

Meir Baal HaNess. (16 de Junio de 2023). Obtenido de Wikipedia: https://es.wikipedia.org/wiki/Meir_Baal_HaNess#cite_note-1

Menayo, C. (17 de Noviembre de 2022). *Psicología y sexo*. Obtenido de ¿Cuál es la principal diferencia entre meditación y mindfulness?: https://www.marca.com/bienestar/psicologia-sexo/2022/11/07/635134b0e2704e023f8b459b.html

Miguel Trula, E. (15 de Julio de 2022). *magnet*. Obtenido de El mito de la Biblioteca de Alejandría: ni sucumbió a un incendio ni perdimos todo el saber de la época: El mito de la Biblioteca de Alejandría: ni sucumbió a un incendio ni perdimos todo el saber de la época

Milei, J. G. (22 de Julio de 2023). *La Libertad Avanza*. Recuperado el 16 de Marzo de 2024, de Milei y el cuento del burro: https://www.youtube.com/watch?v=xXY-VYpajBA

Milena. (14 de Noviembre de 2014). *Milena*. Obtenido de Los 10 Sephiroth y sus atributos: https://redmilenaria.com/cuaderno-de-cabala/el-arbol-de-la-vida-etz-hayim/los-10-sephiroth-y-sus-atributos

Milena. (13 de Marzo de 2015). Obtenido de La Kabbalah: El cuerpo del Árbol de la Vida y el cuerpo humano (1): https://redmilenaria.com/cuaderno-de-cabala/la-kabbalah-el-cuerpo-del-arbol-de-la-vida-y-el-cuerpo-humano-1

Miller. (s.f.). *fr.chabad.org*. Recuperado el 15 de Enero de 2024, de Les dix forces de l'âme: https://fr.chabad.org/library/article_cdo/aid/1727833/jewish/Les-dix-forces-de-lme.htm

Miller, A. (12 de Mayo de 2023). *The Wild Project*. Obtenido de The Wild Project #211 ft Amarna Miller. Rituales de sangre en Sudán, Poliamor y relaciones extrañas: https://www.youtube.com/watch?v=Vyf7sSMeGZA

Miller, M. (12 de Enero de 2024). *chabad.org*. Obtenido de Keter. The highest sefira -- the crown of the will.: https://www.chabad.org/kabbalah/article_cdo/aid/380778/jewish/Keter.htm

Miquel, A. (s.f.). *LOS TEOREMAS DE INCOMPLETITUD DE GÖDEL*. Recuperado el 2023, de https://www.fing.edu.uy/~amiquel/goedel.pdf



Moffet, M. R. (1 de Diciembre de 2011). *SCIAM*. Obtenido de Battles among Ants Resemble Human Warfare: https://www.scientificamerican.com/article/ants-and-the-art-of-war/

Mopsik, C. (Diciembre de 1996). *JSTOR, Pensée, Voix et Parole dans le Zohar*. Obtenido de Revue de l'histoire des religions, Vol. 213, No. 4, Langue et Kabbale (OCTOBRE - DÉCEMBRE 1996), pp. 385-414 (30 pages): https://www.jstor.org/stable/23671402?read-now=1&seq=6#page_scan_tab_contents

Morah, Y. (13 de Julio de 2016). *Ana Becoaj*. Obtenido de https://fundamentoshebreos.com/ana-becoaj/

Morales Medina, M. Á. (31 de Mayo de 2019). *Sheldon tenía razón: el mejor número es el 73*. Obtenido de https://www.gaussianos.com/sheldon-tenia-razon-el-mejor-numero-es-el-73/

Moramattos. (15 de Abril de 2020). *Chokmah: La sabiduría que proporciona el verdadero entendimiento de las enseñanzas*. Obtenido de https://moramattos.wixsite.com/chokmah/post/chokmah

morashá. (Diciembre de 2023). Obtenido de Chabbat et la Sefirah de Malkhout: https://www.morasha.com.br/fr/Chabbat/le-sabbat-et-la-sefira-de-Malkhout.html

Mordvintsev, A., Niklasson, E., & Randazzo, E. (23 de Diciembre de 2022). *Particle Lenia*. Obtenido de Programmable Artificial Life: https://www.youtube.com/watch?v=AP3zeHyWakw

Moreno, J., Wild, J., & QuantumFracture. (13 de Julio de 2023). *Wild Proyect*. Obtenido de Ateo DESAFÍA a Creyente sobre la Existencia de Dios | QuantumFracture VS Josué Moreno: https://www.youtube.com/watch?v=4MrIW6X9XWo

Moshé Idel. (1986). *Métaphores et pratiques sexuelles dans la cabale*. Recuperado el 15 de Marzo de 2024, de Article publié en annexe de Lettre sur la sainteté, le secret de la relation conjugale entre l'hiomme et la femme dans la cabale, traduit introduit et annoté par Charles Mopsik, Lagrasse, Verdier, 1986, p. 328-358.: http://jec2.chez.com/idelmetasex.htm

Mowna. (2020). Obtenido de https://www.mownageometriasagrada.com/wp-content/uploads/2020/02/Merkaba-PDF.pdf

Mowna. (s.f.). *EL MERKABA*. Obtenido de https://www.mownageometriasagrada.com/el-merkaba/

MSPBS. (29 de Abril de 2017). Obtenido de Uso excesivo de la tecnología y sus consecuencias: https://www.mspbs.gov.py/portal/11845/uso-excesivo-de-la-tecnologia-y-sus-consecuencias.html#:~:text=La%20dependencia%20con%20el%20entretenimiento,interacción%20social%20y%20la%20productividad.



Mujica, M. F. (13 de Abril de 2014). *La Nación*. Obtenido de https://www.lanacion.com.ar/lifestyle/kabbalah-sabiduria-antigua-respuestas-modernas-nid1680164/

Mundo Desconocido. (2 de Julio de 2015). Obtenido de El Misterioso Símbolo del Árbol de la Vida: https://www.youtube.com/watch?v=HDVf4cLiHjk

Muntané Sánchez, A. (s.f.). *Universidad de Navarra, Grupo Ciencia, Razón y Fe*. Recuperado el 30 de Marzo de 2024, de La consciencia: https://www.unav.edu/web/ciencia-razon-y-fe/la-consciencia#:~:text=La%20consciencia%20es%20el%20estado,%2C%20intelectuales%2C%20afectivas%20y%20motoras.

Muy Interesante. (15 de Agosto de 2017). *20 minutos*. Obtenido de ¿Qué es la ecuación de Drake y cuál es la probabilidad de encontrar vida extraterrestre?: https://www.20minutos.es/noticia/3112236/0/que-es-la-ecuacion-drake-cual-es-la-probabilidad-encontrar-vida-extraterrestre/

Muy Interesante. (30 de Mayo de 2018). Obtenido de ¿Qué es la espuma cuántica?: https://www.muyinteresante.com.mx/ciencia-y-tecnologia/16399.html

muy interesante. (6 de Febrero de 2020). Obtenido de Descubren una nueva cuasi-partícula: el pi-ton: https://www.muyinteresante.es/ciencia/13826.html

Nadezha Moryak. (2023). Obtenido de https://www.pexels.com/es-es/foto/amor-corazon-emocion-romance-9162030/

Najera, J. (3 de Noviembre de 2016). *Arbol de la vida III | Sephiroth Chesed | Programa 16 - Parte 1 /3*. Obtenido de https://www.youtube.com/watch?v=aXi_JvDnQwE

Narbona, R. (2 de Febrero de 2021). *el español*. Obtenido de Carl Jung, la noche cósmica del alma: https://www.elespanol.com/el-cultural/blogs/entreclasicos/20210202/carl-jung-noche-cosmica-alma/556064399_12.html

NASA. (10 de Noviembre de 2023). Obtenido de ¿Qué es la materia oscura?: https://spaceplace.nasa.gov/dark-matter/sp/#:~:text=Eso%20es%20casi%20todo%20el,solo%20un%205%25%20del%20universo.

NASA/Goddard/WMAP Science Team. (1 de Enero de 2003). *WMAP map of cosmic microwave background anisotropy, from the mission's Data Release 1.* Obtenido de https://es.wikipedia.org/wiki/Radiaci%C3%B3n_de_fondo_de_microondas#/media/Archivo:WMAP.jpg

natalben. (2023). Obtenido de https://www.natalben.com/implantacion-embarazo



National Geographic. (1 de Enero de 2019). Obtenido de ¿Qué dice la ciencia sobre la meditación?: https://www.ngenespanol.com/ciencia/que-dice-la-ciencia-sobre-la-meditacion/

Navone, E. C. (24 de Octubre de 2022). *freecodecamp.org*. Obtenido de Algoritmo de la ruta más corta de Dijkstra - Introducción gráfica y detallada: https://www.freecodecamp.org/espanol/news/algoritmo-de-la-ruta-mas-corta-de-dijkstra-introduccion-grafica/

NBCMACH. (24 de Junio de 2017). *Futurism*. Recuperado el 2 de Febrero de 2024, de Could the Universe Be Conscious?: https://futurism.com/could-universe-conscious

Neat AI. (14 de Octubre de 2021). *El Universo LENIA - ¡Ejecute el código usted mismo! Es fácil !!* Obtenido de https://www.youtube.com/watch?v=4JC5RMypIN4

Nelly Arias. (17 de Febrero de 2020). Recuperado el 17 de Marzo de 2024, de Jesucristo enseña el origen espiritual del ego: https://www.youtube.com/watch?v=ff_1m_u2nWc

Netzaj «VICTORIA». (Septimbre de 2022). Obtenido de https://galeinai.org/cabala-y-jasidut/netzaj-victoria/

Netzaj. (2023). Obtenido de LaComuna: https://astrologuias.com/kabalah/netzaj/

neuro-class.com. (s.f.). Obtenido de Reggaetón y párkinson: ¿Qué relación existe?: https://neuro-class.com/reggaeton-y-enfermedad-de-parkinson/

ObjetMagique. (s.f.). *Les principales formes de géométrie sacrée*. Obtenido de https://objet-magique.com/formes-geometrie-sacree/

OpenclipArt-Vectors. (2023). Obtenido de Imagen de Hormigas, Insectos y Organizado. De uso gratuito.: https://pixabay.com/es/vectors/hormigas-insectos-organizado-148327/

Orero Clavero, A. (2021 de Noviembre de 4). *Binah: la esfera de la Madre*. Obtenido de https://arboldelakabala.com/binah-la-esfera-de-la-madre/

Orhamelech. (21 de Julio de 2022). Obtenido de EL ÁRBOL DE LA VIDA - QUE ES LA SEFIRÁ DE HOD - CLASE SEFIRAH DE HOD 2022: https://www.youtube.com/watch?v=AJ9EmpeqnbE

Ortiz Hadad, L. (15 de Mayo de 2022). *Supraconciencia*. Obtenido de https://acento.com.do/opinion/supraconciencia-9062629.html

Os hará libres. (3 de Junio de 2020). Obtenido de Dios vs Ciencia - La razón y el sentido de la vida: https://www.youtube.com/watch?v=BRIejwMX_nE

Pagot, C. (11 de Septiembre de 2023). *Pijamasurf*. Obtenido de INCLUSO A NIVEL CUÁNTICO, LA NADA NO EXISTE: https://pijamasurf.com/2023/11/espuma_cuantica_vacio_nada_no_existe_realidad/



Paladini, O. (11 de Junio de 2016). *Hacia lo Alto*. Obtenido de Los Ejes del Árbol de la Vida, y otros textos cabalísticos: https://omarpal.blogspot.com/2016/06/los-ejes-del-arbol-de-la-vida-y-otros.html

Pascual del Olmo, V. (s.f.). *hablandodeciencia.com*. Recuperado el 24 de Junio de 2013, de Introducción a la teoría de supercuerdas, teoría M, parte II: https://hablandodeciencia.com/introduccion-a-la-teoria-de-supercuerdas-teoria-m-parte-ii/

Penrose, R., & Hameroff, S. (Abril de 1996). *Mathematics and Computers in Simulation Volume 40, Issues 3–4, April 1996, Pages 453-480*. Recuperado el 4 de Febrero de 2024, de Orchestrated reduction of quantum coherence in brain microtubules: A model for consciousness: https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/0378475496804769

Pérez, I. (6 de Marzo de 2024). *runnersworld.com*. Recuperado el 29 de Marzo de 2024, de La enésima comparación de la velocidad de Kylian Mbappé y Usain Bolt desata las burlas del atletismo: https://www.runnersworld.com/es/noticias-running/a60107864/enesima-comparacion-velocidad-kylian-mbappe-usain-bolt-desata-burlas-atletismo/

Peterson, J. B. (15 de Abril de 2022). *Why Quantum Mechanics Is an Inconsistent Theory | Roger Penrose & Jordan Peterson*. Obtenido de https://www.youtube.com/watch?v=TSBOBJsdEuY

Phoenix, J. (9 de Septiembre de 2017). *Pijamasurf*. Obtenido de “¿DÓNDE ESTÁ LA LUZ?”: ESTA FUE LA PREGUNTA QUE LO EMPEZÓ TODO: https://pijamasurf.com/2017/09/la_teoria_sintergica_la_construccion_de_la_realidad_y_la_creacion_de_la_experiencia_consciente/

Phoenix, J. (22 de Febrero de 2017). *Pijamasurf*. Obtenido de LOS 5 NIVELES DEL LENGUAJE (REDESCUBRIENDO A JACOBO GRINBERG): https://pijamasurf.com/2017/02/los_5_niveles_del_lenguaje_redescubriendo_a_jacobo_grinberg/

physics world. (12 de Marzo de 2023). Obtenido de Black holes destroy nearby quantum superpositions, thought experiment reveals: https://physicsworld.com/a/black-holes-destroy-nearby-quantum-superpositions-thought-experiment-reveals/

Piacente, P. J. (14 de Junio de 2022). *Levante*. Obtenido de Descubren un agujero negro errante y solitario a 5.000 años luz de la Tierra: https://www.levante-emv.com/tendencias21/2022/06/14/descubren-agujero-negro-errante-solitario-67251879.html

Pickover, C. A. (2007). *La maravilla de los números.* Colección Desafíos Matemáticos de RBA.



Pikaza, J. (2007). *BINAH*. Obtenido de Diccionario Enciclopédico de Biblia y Teología.

pikisuperstar. (s.f.). Obtenido de https://www.freepik.es/vector-gratis/ilustracion-cinco-sentidos_36304683.htm#query=sentido&position=3&from_view=search&track=sph&uuid=8684caea-d721-40f4-8b04-776322d29a16

Pomerance, C., & Spicer, C. (13 de Febrero de 2019). *Proof of the Sheldon Conjecture*. Obtenido de https://math.dartmouth.edu/~carlp/sheldon02132019.pdf

Powel, C. S. (16 de Junio de 2017). *NBC News*. Recuperado el 2 de Febrero de 2024, de Is the Universe Conscious?: https://www.nbcnews.com/mach/science/universe-conscious-ncna772956

Pozas, R. (2021). *Quora*. Obtenido de ¿La demostración lógica del matemático Kurt Gödel de que Dios existe ha tenido implicación en alguna religión?: https://es.quora.com/La-demostraci%C3%B3n-l%C3%B3gica-del-matem%C3%A1tico-Kurt-G%C3%B6del-de-que-Dios-existe-ha-tenido-implicaci%C3%B3n-en-alguna-religi%C3%B3n#:~:text=La%20demostraci%C3%B3n%20de%20G%C3%B6del%20es,o%20lo%20son%20su%20negaci%C3%B3n.

Primer motor inmóvil. (5 de Abril de 2023). Obtenido de wikipedia: https://es.wikipedia.org/wiki/Primer_motor_inm%C3%B3vil

Primer motor inmóvil. (5 de Abril de 2023). Obtenido de wikipedia: https://es.wikipedia.org/wiki/Primer_motor_inm%C3%B3vil

Protoceratops. (29 de Septiembre de 2023). Obtenido de Wikipedia: https://es.wikipedia.org/wiki/Protoceratops

Psicología y Espiritualidad. (26 de Diciembre de 2020). *▯ MARIO SABAN: CÁBALA PSICOLÓGICA ➤ CÓMO SANAR LAS 10 SEFIROT | ÁRBOL DE LA VIDA (+entrevista)*. Obtenido de https://www.youtube.com/watch?v=TcxIdNLRlYw&t=921s

Quantum Experiments at Space Scale. (9 de Noviembre de 2023). Obtenido de Wikipedia: https://en.wikipedia.org/wiki/Quantum_Experiments_at_Space_Scale

Quantum mechanics. (25 de Octubre de 2023). Obtenido de wikipedia: https://en.wikipedia.org/wiki/Quantum_mechanics

Quran.com. (s.f.). Obtenido de https://quran.com/yunus/61

R. Villatoro, F. (28 de Diciembre de 2017). *francis.naukas.com*. Obtenido de El estado actual de la teoría M: https://francis.naukas.com/2017/12/28/el-estado-actual-de-la-teoria-m/

Rago, H. (23 de Noviembre de 2018). *www.elespectador.com*. Obtenido de El gravitón, la presunta partícula que describiría todas las fuerzas de la naturaleza:



https://www.elespectador.com/ciencia/el-graviton-la-presunta-particula-que-describiria-todas-las-fuerzas-de-la-naturaleza-article-825342/

Raúl. (2023). *Los 72 nombres de Dios y su significado*. Obtenido de https://www.arquetiposraulduran.com/blog/los-72-nombres-de-dios-y-su-significado

Rav Berg. (15 de Agosto de 2016). *El centro de kabbalah*. Obtenido de La salud y el bienestar de la humanidad: https://www.kabbalah.com/es/articles/the-health-and-welfare-of-mankind/

Rav Ginsburgh. (s.f.). *Luz Infinita*. Obtenido de https://oreinsof.com/tag/luz-infinita/

Regenera. (18 de Julio de 2023). Obtenido de El doctor Manuel Sans Segarra: “la Supraconciencia existe”: https://regenerahealth.com/blog/doctor-manuel-sans-segarra-supraconciencia/

Remaud, M., & San Martín, N. (20 de Noviembre de 2008). *Por qué no se pronuncia el nombre de "Yahvé" en la liturgia católica* . Obtenido de https://es.zenit.org/2008/11/20/por-que-no-se-pronuncia-el-nombre-de-yahve-en-la-liturgia-catolica/

revista Discernir. (Marzo/Abril de 2020). *vida, esperanza y verdad.* Obtenido de ¿Por qué los judíos no entendieron «Eli, Eli, lama sabachthani»?: https://vidaesperanzayverdad.org/dios/quien-es-jesus/eli-eli-lama-sabactani/

Ricardo, R. (27 de Julio de 2022). *estudyando.com*. Obtenido de Parábola en la literatura: Descripción general y ejemplos: https://estudyando.com/parabola-en-la-literatura-descripcion-general-y-ejemplos/

Riddle ES. (14 de Noviembre de 2023). Obtenido de Los científicos han descubierto la entidad que crea el Universo: https://www.youtube.com/watch?v=eW6QxuZ2VDE

Ritchie, G. (Productor). (2005). *Revolver* [Película]. Obtenido de Guy Ritchie.

Robinson, G. (s.f.). *myjewishlearning.com*. Obtenido de What Are the Sefirot?: https://www.myjewishlearning.com/article/sefirot/

Rodríguez Camón, E. (16 de Marzo de 2017). *La Relajación Progresiva de Jacobson: uso, fases y efectos. Esta es una de las técnicas de relajación más utilizadas, y se centra en la tensión muscular.* Obtenido de psicologia y mente: https://psicologiaymente.com/clinica/relajacion-progresiva-jacobson

rssing. (29 de Abril de 2018). *Rabí Meir Báal Hanés Z”L*. Obtenido de https://enlace259.rssing.com/chan-43811305/all_p346.html

RTVE. (1 de Febrero de 2021). Obtenido de ¿Cómo actúa el reguetón en la activación de nuestro cerebro?: https://www.rtve.es/noticias/20210201/como-actua-regueton-activacion-nuestro-cerebro/2071605.shtml



Rue Perna, J. J. (2017). *Libros maravillosos*. Obtenido de Ramanujan: http://www.librosmaravillosos.com/SvirinasaRamanujan/index.html

Ruiz Fargueta, S. (s.f.). *www.comprendamos.org*. Obtenido de LA ESTABILIZACIÓN DEL VACÍO CUÁNTICO Y LAS DIMENSIONES ENROLLADAS: https://www.comprendamos.org/alephzero/74/vacio_cuantico_y_las_dimensiones_enrolladas.html

Ruiz Golobart, H. (9 de Julio de 2023). *GoloBart*. Obtenido de La tribu mundari: https://hectorruizgolobart.com/la-tribu-mundari/

Sabán Cuño, M. J. (2018). *La Merkabá, el mmisterio del nombre de dios*. Obtenido de https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/57302/6/Tesis%20doctoral%20UM.%20Mario%20Sab%C3%A1n.%20La%20Merkab%C3%A1.%2015.01.2018%20%281%29.pdf

Saban, J. M. (s.f.). *La sabiduría en la cábala* . Obtenido de https://mariosaban.com/blog-cabala/la-sabiduria-en-la-cabala

Saban, M. (s.f.). Obtenido de https://www.youtube.com/shorts/rPW4GL-s1iE

Sabán, M. (10 de Dociembre de 2020). *Latidos Cabalísticos* . Obtenido de Mario Sabán · Conceptos Básicos de la CÁBALA y del ÁRBOL DE LA VIDA · Cábala para principiantes: https://www.youtube.com/watch?v=sUtLYAzsEHI

Sabán, M. (26 de Diciembre de 2020). *Psicilogía y espiritualidad*. Obtenido de MARIO SABAN: CÁBALA PSICOLÓGICA ➤ CÓMO SANAR LAS 10 SEFIROT | ÁRBOL DE LA VIDA (+entrevista): https://www.youtube.com/watch?v=TcxIdNLRlYw&t=1116s

Saban, M. (26 de Diciembre de 2020). *Psicología y Espiritualidad*. Obtenido de MARIO SABAN: CÁBALA PSICOLÓGICA ➤ CÓMO SANAR LAS 10 SEFIROT | ÁRBOL DE LA VIDA (+entrevista): https://www.youtube.com/watch?v=TcxIdNLRlYw

Saban, M. (30 de Enero de 2021). *MARIO SABAN | ¿Qué es DIOS? ¿Quién es JESÚS? ¿Y el SER HUMANO? | Psicología y Espiritualidad 2021*. Obtenido de https://www.youtube.com/watch?v=MLjBHA0OGaY

Saban, M. (5 de Abril de 2022). *Latidos Cabalisticos*. Recuperado el 13 de Enero de 2024, de Qué es JOJMÁ · חָכְמָה · Mario Sabán · DICCIONARIO de CÁBALA en 1 MINUTO ·: https://www.youtube.com/watch?v=_2UmeG4B57Q

Sabán, M. (26 de Diciembre de 2023). *Psicología y Espiritualidad*. Obtenido de MARIO SABAN: CÁBALA PSICOLÓGICA ➤ CÓMO SANAR LAS 10 SEFIROT | ÁRBOL DE LA VIDA (+entrevista): https://www.youtube.com/watch?v=TcxIdNLRlYw

Sabán, M. (s.f.). � *MARIO SABAN: CÁBALA PSICOLÓGICA ➣ CÓMO SANAR LAS 10 SEFIROT | ÁRBOL DE LA VIDA (+entrevista)*. Obtenido de https://www.youtube.com/watch?v=TcxIdNLRlYw&t=919s

Saban, Mario. (s.f.). Obtenido de https://www.youtube.com/shorts/OBS9-6gG8ow

sabater, v. (s.f.). *La trascendencia, una fortaleza vital excepcional*. Obtenido de https://lamenteesmaravillosa.com/trascendencia/

Sagnelli, M. (19 de Julio de 2021). *Vanguardia MX*. Obtenido de ¿Cuántos átomos hay en el universo observable?: https://vanguardia.com.mx/tech/cuantos-atomos-hay-en-el-universo-observable-BUVG3597798#:~:text=Esto%20nos%20da%2010%20%5E%2082%20%C3%A1tomos%20en%20el%20universo%20observable.

Salfate, & Lama. (29 de Octubre de 2023). *Maldita Sea*. Obtenido de ESPECIAL JOHN MACK - MALDITA SEA | SALFATE Y LAMA: https://www.youtube.com/watch?v=neeHcbX4sR4

Sánchez Cañizares, J. (2011). *avier Sánchez Cañizares*. Obtenido de Los ciclos del tiempo. Una nueva visión extraordinaria del Universo: https://www.unav.edu/web/ciencia-razon-y-fe/los-ciclos-del-tiempo

Sánchez-Villacañas, M. (20 de Abril de 2015). *La Cábala; Un Camino de Crecimiento Personal y de Evolución Espiritual. Jojmá-Segunda Esfera*. Obtenido de https://metamorfosisyvida.wordpress.com/2015/04/20/la-cabala-un-camino-de-crecimiento-personal-y-de-evolucion-espiritual-jojma-segunda-esfera/

Santaolalla, J. (12 de Mayo de 2020). *Date un Blog*. Obtenido de WOLFRAM: La física de su NUEVA teoría fundamental del Universo: https://www.youtube.com/watch?v=hDEMGtLVWLg

Santaolalla, J. (s.f.). *Todas las operaciones aritméticas son sumas*. Obtenido de https://www.youtube.com/shorts/jL6F3f3oWn4

Schochet, J. I. (s.f.). *tora.org.ar*. Obtenido de De la unidad a la multiplicidad: El Tzimtzum: https://www.tora.org.ar/de-la-unidad-a-la-multiplicidad-el-tzimtzum/

Semana. (19 de Noviembre de 2021). Obtenido de ¿Cuál es la mejor música para estimular el cerebro?: https://www.semana.com/vida-moderna/articulo/cual-es-la-mejor-musica-para-estimular-el-cerebro/202153/

Sevilha, J. (24 de Octubre de 2023). Obtenido de 72 nomes de D'us (Shem Ha Mephorash) como usar essa ferramenta maravilhosa (vídeo atualizado): https://www.youtube.com/watch?v=hpccUG2_vZk

shalomhaverim.org. (s.f.). Obtenido de https://www.shalomhaverim.org/Estudios/Tikun_Haklali.pdf



Shemtov, E. (s.f.). *Jabad.com*. Recuperado el 15 de Enero de 2024, de El Alma: https://es.chabad.org/library/article_cdo/aid/2095127/jewish/El-Alma.htm

Shiva Shambo. (s.f.). *Experiencia del Despertar.*

Slater, L. (13 de Febrero de 2022). *nationalgeographic.com.es*. Obtenido de La química del amor en el cerebro: https://www.nationalgeographic.com.es/ciencia/quimica-amor-cerebro_17838

Sod22Mendoza&holistica binah. (7 de Agosto de 2023). Obtenido de Los 22 senderos de la Kabbalah con Mario Javier Saban: Los 22 senderos de la Kabbalah con Mario Javier Saban

Sola, M. (2018 de Octubre de 2018). *El Confidencial*. Recuperado el 9 de Marzo de 2024, de Lo que ocurre con nuestra conciencia tras la muerte: el macroestudio definitivo: https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/2018-10-21/conciencia-experiencia-cercana-muerte_1463482/

soued.chez.com. (s.f.). Recuperado el 8 de Enero de 2024, de LE MONDE INTERMEDIAIRE OU ARBRE DE VIE: http://soued.chez.com/sefirot2.htm

sparknotes.com. (s.f.). Recuperado el 12 de Enero de 2024, de Summary: The Ten Sefirot Overall: https://www.sparknotes.com/philosophy/kabbalah/section6/

Spielberg, S. A. (Dirección). (2018). *Ready Player One (película)* [Película].

Ssuria, C. (s.f.). *GEOMETRÍA SAGRADA*. Obtenido de https://www.carlessuria.com/geometria-sagrada/

Strickland, A. (30 de Marzo de 2022). *CNN*. Recuperado el 19 de Enero de 2024, de Telescopio Hubble ve la estrella más lejana hasta ahora: está a 28.000 millones de años luz: https://cnnespanol.cnn.com/2022/03/30/telescopio-hubble-estrella-mas-lejana-28-000-millones-anos-luz-trax/

supercurioso.com. (s.f.). Obtenido de La teoría de Olduvai | ¿Estamos viviendo YA el declive de nuestro mundo?: https://supercurioso.com/teoria-olduvai/

Susana Alles. (6 de Octubre de 2023). Recuperado el 17 de Marzo de 2024, de Kabbalah: Vergüenza para el EGO: https://www.youtube.com/watch?v=0CTBmy8NQHg

T13. (6 de Octubre de 2020). Recuperado el 26 de Enero de 2024, de Qué es la singularidad, el corazón de los agujeros negros donde se rompen todas las leyes conocidas: https://www.t13.cl/noticia/tendencias/bbc/Que-es-la-singularidad-el-corazon-de-los-agujeros-negros-donde-se-rompen-todas-las-leyes-conocidas-07-10-2020



Terol, O., & Sabán, M. (18 de Junio de 2023). *El OtroPlanoTY*. Obtenido de Mario Sabán conversa con Óscar Terol. Descifrando El Alma: https://www.youtube.com/watch?v=ZYv5izXPJAM&t=962s

Teshuvá. (20 de Mayo de 2023). Obtenido de wikipedia: https://es.wikipedia.org/wiki/Teshuv%C3%A1#:~:text=Teshuv%C3%A1%20(en%20hebreo%20%D7%AA%D7%A9%D7%95%D7%91%D7%94%2C%20literalmente,baal%20teshuv%C3%A1%20(%D7%91%D7%A2%D7%9C%20%D7%AA%D7%A9%D7%95%D7%91%D7%94).

The FBI records: the vault. (1 de Noviembre de 2023). Obtenido de https://vault.fbi.gov/UFO/UFO%20Part%201%20of%2016/view

The Guardian. (30 de Octubre de 2022). *The Guardian*. Obtenido de What TikTok does to your mental health: 'It's embarrassing we know so little': https://web.unica.it/unica/protected/395879/0/def/ref/MAT342115/

The Wild Project. (18 de Marzo de 2023). Obtenido de Qué sucede con el cerebro si escucha reguetón vs si escucha música clásica - Científico lo cuenta: https://www.youtube.com/watch?v=Eq_L2vgMFho

Todos nombres. (s.f.). Obtenido de https://www.todonombres.org/72-nombres-de-dios/

Tomás de Aquino. (13 de Noviembre de 2023). Obtenido de Wikipedia: https://es.wikipedia.org/wiki/Tom%C3%A1s_de_Aquino

Tomruen. (5 de Septiembre de 2010). *11-cube hendekeract graph*. Obtenido de wikipedia: https://en.wikipedia.org/wiki/Talk:Hypercube/Archive_1#/media/File:11-cube.svg

Tora. (2023). Obtenido de Las formas de aprehender la Realidad: https://www.tora.org.ar/las-formas-de-aprehender-la-realidad-2/

tora.org. (s.f.). Recuperado el 8 de Enero de 2024, de 3-keter: https://www.tora.org.ar/3-keter/

tora.org. (s.f.). Obtenido de https://www.tora.org.ar/1-keter-la-voluntad-ratzon-1/

tora.org. (s.f.). Obtenido de 18) Netzaj [18.7]: https://www.tora.org.ar/18-netzaj-18-7/

tora.org.ar. (s.f.). Recuperado el 14 de Enero de 2024, de 5) Jojmá y Biná: Los poderes del intelecto [4]: https://www.tora.org.ar/5-jojma-y-bina-los-poderes-del-intelecto-4/

Torres, A. (10 de Septiembre de 2015). *Psicologia y mente*. Obtenido de Teoría de la Gestalt: leyes y principios fundamentales: https://psicologiaymente.com/psicologia/teoria-gestalt

Tzvi ben Daniel. (9 de Junio de 2019). *Halel (הָלֶל) – Hacer brillar a Dios*. Recuperado el 5 de Abril de 2024, de https://www.unrudodespertar.tv/halel-%D7%94%D6%B8%D7%9C%D6%B6%D7%9C-hacer-brillar-a-dios/



UNIR. (20 de Septiembre de 2019). Obtenido de Howard Gardner y las inteligencias múltiples: de la inteligencia a las inteligencias y la creatividad: https://mexico.unir.net/educacion/noticias/howard-gardner-inteligencias-multiples-creatividad/

Universidad Sergio Arboleda. (s.f.). Recuperado el 14 de Diciembre de 2023, de SOLO CONOCEMOS EL CINCO POR CIENTO DEL UNIVERSO: https://www.usergioarboleda.edu.co/noticias/conocemos-solo-el-cinco-por-ciento-del-universo/#:~:text=Solo%20que%20sigue%20latente%20otra,del%20Universo%20que%20es%20visible.

Univisión. (14 de Junio de 2017). *Lenguaje corporal: esto es todo lo que se esconde en un apretón de manos, según la ciencia*. Obtenido de https://www.univision.com/explora/lenguaje-corporal-esto-es-todo-lo-que-se-esconde-en-un-apreton-de-manos-segun-la-ciencia

univisión. (2 de Abril de 2018). *Michio Kaku afirma que Dios existe [Video]*. Obtenido de TWIS: https://www.univision.com/explora/michio-kaku-afirma-que-dios-existe-video

Valabregue-Perry, S. (s.f.). *La Shefa*. Recuperado el 14 de Marzo de 2024, de Influx divin et émanation dans la Cabale. Dans Pardès 2006/1-2 (N° 40-41), pages 265 à 278: https://www.cairn.info/revue-pardes-2006-1-page-265.htm

Ventura, D. (6 de Diciembre de 2020). *Por qué el 6 es un número perfecto pero el 7 definitivamente no*. Obtenido de BBC: https://www.bbc.com/mundo/noticias-55179824#:~:text=Los%20n%C3%BAmeros%20perfectos%20son%20aquellos,lo%20pueden%20dividir%20es%2028.

Veritasium. (s.f.). *Las Matemáticas tienen una Terrible Falla* . Obtenido de https://www.youtube.com/watch?v=RRg38oNQ9vk

Vía de la causa eficiente. (20 de Agosto de 2022). Obtenido de https://es.wikipedia.org/wiki/V%C3%ADa_de_la_causa_eficiente

Villagrasa, E. (2013). *La curación del cuerpo y el alma: Las Flores de Bach y la Cábala* . Obtenido de https://sedibac.org/wp-content/uploads/2018/01/09_Ponencia_Elisa_Villagrasa.pdf

Villatoro, F. R. (2015). *La ciencia de la mula Francis*. Recuperado el 30 de Marzo de 2024, de Sobre la teoría cuántica de la consciencia (de Hameroff y Penrose): https://francis.naukas.com/2015/06/22/sobre-la-teoria-cuantica-de-la-consciencia-de-hameroff-y-penrose/

Villegas, M. (13 de Julio de 2023). *El Heraldo de México*. Recuperado el 2 de Febrero de 2024, de Muere por 15 minutos y regresa a la vida para contarlo: ¿qué hay en el más allá?: https://heraldodemexico.com.mx/tendencias/2023/7/13/muere-por-15-minutos-regresa-la-vida-para-contarlo-que-hay-en-el-mas-alla-521872.html



walkingkabbalah. (s.f.). Recuperado el 8 de Enero de 2024, de Kether (Keter) – Crown Sephirah in the Kabbalah Tree of Life: https://www.walkingkabbalah.com/kether-keter-sephirah/

Wang, C. (22 de Agosto de 2023). *Significado del cubo de Metatrón: un poderoso símbolo de la geometría sagrada* . Obtenido de https://buddhaandkarma.com/es-es/blogs/guide/metatrons-cube-meaning

Watts, A. (17 de Julio de 2012). *Binah, la matriz cósmica* . Obtenido de https://merkabbahcabala.blogspot.com/2012/07/binah-la-matriz-cosmica.html

Weisberg, C. (18 de Noviembre de 2023). *À la recherche de l'équilibre*. Obtenido de La femme, le Chabbat et l'équilibre du monde: https://fr.chabad.org/parshah/article_cdo/aid/1848741/jewish/-la-recherche-de-lquilibre.htm

Weisberg, C. (18 de Noviembre de 2023). *À la recherche de l'équilibre*. Obtenido de La femme, le Chabbat et l'équilibre du monde: Chana Weisberg

wikipedia. (s.f.). Obtenido de Giordano Bruno: https://es.wikipedia.org/wiki/Giordano_Bruno

wikipedia. (s.f.). Obtenido de zohar: https://es.wikipedia.org/wiki/Zohar

wikipedia. (s.f.). Obtenido de Gato de Schrödinger: https://es.wikipedia.org/wiki/Gato_de_Schr%C3%B6dinger

wikipedia (Tsimtsum). (23 de Enero de 2024). Obtenido de https://es.wikipedia.org/wiki/Tsimtsum#:~:text=La%20teor%C3%ADa%20del%20Tsimtsum%20deriva,objetivo%20de%20permitir%20la%20creaci%C3%B3n.

wikipedia. (11 de Marzo de 2014). Obtenido de Sefirot (Cábala): https://es.wikipedia.org/wiki/Sefirot_(C%C3%A1bala)

wikipedia. (11 de Noviembre de 2020). Obtenido de Excitón: https://es.wikipedia.org/wiki/Excit%C3%B3n

wikipedia. (9 de Octubre de 2022). *wikipedia*. Recuperado el 15 de Octubre de 2022, de Kaliningrado: https://es.wikipedia.org/wiki/Kaliningrado

wikipedia. (12 de Noviembre de 2022). *wikipedia*. Obtenido de Algoritmo de Dijkstra: https://es.wikipedia.org/wiki/Algoritmo_de_Dijkstra

wikipedia. (2023). Obtenido de tiferet: https://en.wikipedia.org/wiki/Tiferet

wikipedia. (12 de Marzo de 2023). Obtenido de Teoria de Olduvai: https://es.wikipedia.org/wiki/Teor%C3%ADa_de_Olduvai



wikipedia. (8 de Junio de 2023). *Filón de Alejandría*. Obtenido de https://es.wikipedia.org/wiki/Fil%C3%B3n_de_Alejandr%C3%ADa

Wikipedia. (11 de Octubre de 2023). *Geometría Sagrada*. Obtenido de https://es.wikipedia.org/wiki/Geometr%C3%ADa_sagrada

wikipedia. (4 de Febrero de 2023). *Setenta y tres*. Obtenido de https://es.wikipedia.org/wiki/Setenta_y_tres

wikipedia. (19 de Noviembre de 2023). *Tsimtsum*. Obtenido de https://es.wikipedia.org/wiki/Tsimtsum#cite_note-2

wikipedia. (s.f.). *Drenaje conductual*. Obtenido de https://es.wikipedia.org/wiki/Drenaje_conductual

Wild, J. (4 de Noviembre de 2022). *¿Por qué el 666 es el número del demonio? - Matemático lo cuenta y sorprende mucho a Jordi Wild*. Obtenido de The Wild Project: ¿Por qué el 666 es el número del demonio? - Matemático lo cuenta y sorprende mucho a Jordi Wild

Wild, J., & Martín-Fernández, J. (16 de Marzo de 2023). *The Wild Project #199 ft Jesús Martín-Fdez (Neurocirujano) | ¿El alma humana está en el cerebro?* Obtenido de https://www.youtube.com/watch?v=VWH5hQxbeqk&t=10067s

Wild, J., Gel, E., & Santaolalla, J. (15 de Junio de 2023). *Wild Proyect*. Obtenido de The Wild Project #221 ft Javi Santaolalla & Enric Gel | ¿Puede DIOS existir?, Cuántica y Multiversos: https://www.youtube.com/watch?v=yQcuy9TB-lc

Willoughby, E. (1 de Febrero de 2014). *Simple reconstruction of Protoceratops andrewsi, the late Cretaceous Mongolian ceratopsian.* Obtenido de https://es.wikipedia.org/wiki/Protoceratops#/media/Archivo:Protoceratops_reconstruction.png

Wolf, L. (s.f.). *Mística y Espiritualidad*. Recuperado el 13 de Diciembre de 2023, de Cabalá Cuántica: https://es.chabad.org/library/article_cdo/aid/1359708/jewish/Cabal-Cuntica.htm

Wolfram. (2023). *wolframscience*. Obtenido de A New Kind of Science: Twentieth Anniversary Collection: https://www.wolframscience.com/

Wolfram. (s.f.). *Wolfram Physics Project*. Obtenido de Visual Gallery: https://www.wolframphysics.org/visual-gallery/downloads?i=visualsummary

Wolfram, S. (14 de Abril de 2020). *Stephen Wolfram Writings*. Obtenido de Finally We May Have a Path to the Fundamental Theory of Physics…: https://writings.stephenwolfram.com/2020/04/finally-we-may-have-a-path-to-the-fundamental-theory-of-physics-and-its-beautiful/



www.kabbalah.com. (s.f.). Obtenido de https://www.kabbalah.com/es/articles/big-bang/

www.kabbalah.com. (2023). Obtenido de https://www.kabbalah.com/es/articles/the-land-is-a-ball/

www.kabbalah.info. (s.f.). Obtenido de Tzimtzum: http://www.kabbalah.info/es/biblioteca/baal-hasulam/tzimtzum-y-kav

www.kabbalahmashiah.com. (s.f.). Obtenido de https://www.kabbalahmashiah.com/es/kabbalahmashiah_cursos.php?np=25&bc=Tefila%20con%20Kavanah

www.lifeder.com. (s.f.). Recuperado el 2023, de https://www.lifeder.com/pensamiento-cientifico/

www.zohar.com. (s.f.). Recuperado el 2023, de https://www.zohar.com/zohar/Vayikra/verses/134-145

Yaacob, & LicLevi. (17 de Marzo de 2024). *Filosofía Judía*. Recuperado el 4 de Abril de 2024, de Lucifer NO existe: Dos judíos explican por qué: https://www.youtube.com/watch?v=O3gBg-xL46k&t=60s

youtube, Mates Mike. (s.f.). Obtenido de EL JUEGO DE LA VIDA DE CONWAY: https://www.youtube.com/watch?v=2ssnMkJFqbA

Youversion. (s.f.). Obtenido de Cantares 2:10-12: https://www.bible.com/es/bible/compare/SNG.2.10-12#:~:text=Cantares%202%3A10%2D12%20Nueva,de%20la%20canci%C3%B3n%20ha%20llegado!

Zurdo, D. (s.f.). *Le Gematría, numerología hébrea*. Obtenido de https://www.academia.edu/11773247/AUTORES_CIENT%C3%8DFICO_T%C3%89CNICOS_Y_ACAD%C3%89MICOS

